



”Et jos ne vaikka ne ohjaajat pystyis kerran käväsee
kattomassa, et miten se arki sujuu.”

KESKI-SUOMEN ENSI- JA TURVAKODIN
PÄIVÄRYHMÄSSÄ OLLEIDEN ÄITIEN KOKEMUKSIA
RYHMÄN JÄLKEISESTÄ TUESTA

Anne Jantunen

Opinnäytetyö
Joulukuu 2006



JYVÄSKYLÄN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja Terveysala

Tekijä(t) JANTUNEN, Anne	Julkaisun laji Opinnäytetyö	
	Sivumäärä 74+3	Julkaisun kieli Suomi
	Luottamuksellisuus <input type="checkbox"/> Salainen _____ saakka	
Työn nimi "Et jos ne vaikka ne ohjaajat pystyis kerran käväsee kattomassa, et miten se arki sujuu" KESKI -SUOMEN ENSI- JA TURVAKODIN PÄIVÄRYHMÄSSÄ OLLEIDEN ÄITIEN KOKEMUKSIA RYHMÄN JÄLKEISESTÄ TUESTA		
Koulutusohjelma Sosiaali-alan koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) Marjut Katajavuori-Vartiainen ja Marjo Metsomäki		
Toimeksiantaja(t) Keski-Suomen ensi- ja turvakodin päiväryhmä Sarastus		
Tiivistelmä <p>Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää Keski-Suomen ensi- ja turvakodin päiväryhmässä käyneiden äitien kokemuksia ryhmän päätyttyä saamastaan tuesta. Tärkeimpänä työelämälähtöisenä tarkoituksena oli kartoittaa näiden äitien tuen tarpeita neljän kuukauden mittaisen ryhmäjakson jälkeen sekä ideoita ryhmän jälkeisen tuen kehittämiseen. Tutkimus oli laadullinen tutkimus ja aineistonkeruun menetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Tutkimukseen osallistui kuusi äitiä. Haastattelut suoritettiin lokakuussa 2006.</p> <p>Tutkimustulokset osoittivat, että äidit olivat tyytyväisiä ryhmästä saamaansa tukeen. Kaikki äidit kokivat erityisesti vertaistuen merkittävänä tukena ryhmästä. Puolet äideistä olisi kuitenkin tarvinnut ryhmän lisäksi muutakin tukea sen aikana. Osa äideistä sai tukea ryhmän lisäksi mielenterveystoimistosta, parisuhdekeskusteluista, perhetyöstä ja lasten päivähoitosta.</p> <p>Ryhmäjakson päätyttyä äidit kaipaivat tukea arkeen ja rytmin löytämiseen kotona, lastenhoitoon sekä parisuhteen hoitoon. Äidit saivat tukea ryhmän aikaisten tukimuotojen lisäksi myös neuvolasta. Näihin tukimuotoihin äidit olivat tyytyväisiä. Moni äiti sai tukea myös ystäviltä, sukulaisilta tai työkavereilta. Yksi äiti koki jääneensä täysin tyhjän päälle ryhmän loputtua. Ryhmään kuuluvat "jälkihuoltoviikot" koettiin hyvänä pehmeänä laskuna arkeen.</p> <p>Kehittämideoita ryhmän jälkeiseen tukeen tuli useita. Puolet äideistä toivoi yhteydenpitoa ryhmän ohjaajien kanssa. Äidit ehdottivat myös erilaista ryhmätoimintaa päiväryhmän käyneille äideille. Kaksi äitiä toivoi keskusteluapua. Yli puolet ehdotti kotiin tehtävää työtä tueksi lastenhoitoon sekä kotitöihin. Osa äideistä toivoi enemmän tietoa neuvoloihin äitien tukimuodoista ja rohkeampaa puhetta masennuksesta. Yksi toivoi auttavan tahon asiakaspiirissä säilymistä. Lisäksi toivottiin taloudellista tukea lastenhoidon järjestämiseen.</p> <p>Kaikki äidit olivat selvästi tarvinneet jonkin tukimuodon ryhmäjakson päätyttyä. Tutkimuksen tulosten perusteella olisi tarvetta kehittää tuen muotoja Ensi- ja turvakodin, kaupungin tai järjestöjen taholta, jolloin pehmeämpi lasku arkeen olisi mahdollinen päiväryhmäprosessin läpikäyneille äideille. Jatkotutkimushaasteena olisikin perehtyä vielä tarkemmin näiden äitien tuentarpeeseen sekä kehittää menetelmiä heidän tukemiseen.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Tuentarve, arki, perhe, vanhemmuus, äitiys, ensi- ja turvakoti, päiväryhmä		
Muut tiedot		

Date 18.12.2006

Author(s) JANTUNEN, Anne	Type of Publication Bachelor's Thesis	
	Pages 74+3	Language Finnish
	Confidential <input type="checkbox"/> Until _____	
Title "If the counselors could just come for a visit to see how the everyday life is going." MOTHERS' EXPERIENCES OF THE SUPPORT AFTER A PERIOD IN THE FAMILY GROUP FOR MOTHERS IN THE MOTHER AND CHILD HOME AND SHELTER OF CENTRAL FINLAND		
Degree Programme Degree Programme in Social Care		
Tutor(s) Marjut Katajavuori-Vartiainen and Marjo Metsomäki		
Assigned by The Mother and Child Home and Shelter of Central Finland		
Abstract <p>The purpose of this study was to describe the experiences of the mothers of the support they got after their period in The Family Group for Mothers. The main purpose that came from working life was to survey the needs of these mothers after their four month period in the group and the ideas for developing the support for the future. The research was qualitative and the method for material collection was a thematic interview. Six mothers altogether took part on the research. The interviews took place in October 2006.</p> <p>The results showed that mothers were satisfied in the support they got during the group period. All of the mothers felt especially the support from the peer group very important. Although three of them would have needed some additional support too. The other three got some support from mental health department, couple therapy, family home support and children's day care.</p> <p>After the group period mothers needed support for the every day life and finding a rhythm at home and taking care of the children and the relationship with their partner. They got support from the children's clinic on top of the support during the group period. On these the mothers were satisfied. Many of these mothers got support also from friends, family and colleagues. One of them felt that she was left with absolutely no support.</p> <p>These mothers had quite a lot of ideas how to develop the support after the group period. Half of the mothers wished to be in contact with the counselors of the group. The mothers also suggested different kinds of group activities for mothers that have been in the family group. Two mothers wished some people to talk to. Over a half of the mothers suggested some kind of help to homes to help with the children and the tasks at home. Some of the mothers wished the children clinics would have more information about the support available and straight conversation about depression. One mother wished to stay in someone's circle of clients. And one of them wished some financial support for arranging child care.</p> <p>All the mothers clearly needed some kind of support after their period in the group. According to the results there is a need to develop some methods for the support by The Mother and Child Home and Shelter, the city of Jyväskylä or by the organisations, so that an easier adjustment to the everyday life would be possible for these mothers. For the future researches it would be important to find out more specific information of the needs of the mothers in these groups and to develop new methods for the support after the group.</p>		
Keywords Need for support, family, motherhood, parenthood, everyday life, mother and child home and shelter, family group for mothers		
Miscellaneous		

Sisältö

1 ELÄMÄÄ LAPSIPERHEESSÄ.....	3
2 LAPSIPERHEEN TUENTARPEITA.....	6
2.1 Arki.....	6
2.2 Vanhemmuus.....	9
2.3 Äidin ja lapsen varhainen vuorovaikutus ja kiintymys	14
2.4 Synnytyksen jälkeinen masennus.....	17
3 LAPSIPERHEIDEN TUKIMUOTOJA JYVÄSKYLÄSSÄ.....	19
3.1 Sosiaalipalveluiden asiakkaan oikeudet.....	19
3.2 Kaupungin tuottamia palveluita.....	20
3.3 Muiden palveluntuottajien palveluita	21
4 KESKI-SUOMEN ENSI- JA TURVAKODIN PALVELUT ASIAKKAILLEEN .	25
5 PÄIVÄRYHMÄ SARASTUS.....	27
5.1 Päiväryhmän tavoitteet	28
5.2 Päiväryhmän rakenne	29
5.3 Sarastuksen yhden päivän kuvaus	30
5.4 Menetelmät	31
5.4.1 Ryhmäkeskustelut ja -prosessi.....	31
5.4.2 Videointi ja valokuvaus.....	34
5.4.3 Arjessa oppiminen.....	35
5.4.4 Perhekuntoutusviikko	36
5.4.5 Verkostotyö	36
6 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN	38
6.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskohde.....	38
6.2 Kvalitatiivinen tutkimus.....	38
6.3 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä	39

	2
6.4 Haastattelujen suorittaminen ja aineistonkeruu	41
6.5 Tutkimustulosten analysointi	43
6.6 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys	44
7 TUTKIMUSTULOKSET	46
7.1 Kokemuksia ryhmäjakson aikana.....	47
7.1.1 Ryhmäjakson merkitys	47
7.1.2 Tuen tarve ryhmän lisäksi	50
7.2 Tuen tarve ja tuki ryhmän jälkeen	52
7.2.1 Kokemukset ryhmäjakson päättymisestä	52
7.2.2 Jälkihuoltoviikot	53
7.2.3 Tuki päiväryhmästä	54
7.2.4 Tuki muualta ryhmäjakson jälkeen	54
7.3 Kehittämisideat päiväryhmän jälkeiseen tukeen	56
8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	65
Lähteet	68
Liitteet.....	72
Liite 1 Äideille lähetetty tekstiviesti.....	72
Liite 2 Haastateltavan tutkimuslupasopimus	73
Liite 3 Teemahaastattelun runko.....	74

KUVIOT

KUVIO 1. Belskyn (1984) malli vanhemmuuteen vaikuttavista tekijöistä.....	13
KUVIO 2. Yhteenveto äitien tuentarpeita ja kehittämisideoita päiväryhmän jälkeiseen tukeen.....	64

1 ELÄMÄÄ LAPSIPERHEESSÄ

Lapsen kasvulle ja kehitykselle perhe on hyvin keskeinen kasvuympäristö. Perhe vaikuttaa lapsen elämään pitkällä tähtäimellä. Perhepiirissä on monenlaisia ihmissuhteita. Tämä tarkoittaa sitä, että on myös monta kohtaa, missä perhe voi hajota tai perhesuhteet vääristyä. Jos yksikin perheen sisäisistä suhteista on jollain tavoin vahingoittunut tai epäterveellä pohjalla, häiritsee se koko perheen tasapainoa. Tilanne voi olla tällainen, jos perheen sisällä on jokin suuri konflikti joidenkin sen jäsenien välillä tai jos yhdellä perheenjäsenistä on esimerkiksi päihdeongelma tai psyykinen sairaus. Perheen aika ja energia kuluu ongelmasta selviytymiseen ja muihin asioihin jää hyvin vähän voimavaroja. (Sibley 2001, 17; Eirola 2003, 22.)

Suomessa oli Tilastokeskuksen mukaan vuoden 2005 lopussa 592 000 lapsiperhettä. Hallitus on ottanut tavoitteekseen vanhemmuuden ja perheiden yhtenäisyyden tukemisen ja lapsista aiheutuvien kustannusten tasaamisen. Lisäksi tavoitteena on vahvistaa lasten turvallista kasvu- ja kehitysympäristöä sekä helpottaa työ- ja perhe-elämän yhteensovittamista. Lapsiperheiden palvelujen saatavuutta on myös pyritty parantamaan. Silti esimerkiksi lastensuojelun asiakkuudet ovat lisääntyneet jo useamman vuoden ajan selvästi. Vuonna 2004 kodin ulkopuolelle sijoitettujen lasten määrä oli 14 700. Lastensuojelun avohuollon asiakkaina lapsia ja nuoria oli lähes 60 000. Tämä määrä kasvoi edeltäneestä vuodesta noin 3 500:lla. Lapsiperheille jaettavia taloudellisia tukia ei ole taas toisaalta sidottu yleiseen indeksiin, mikä on näkynyt kotihoidontuen ja lapsilisän ostovoiman heikkenemisenä. Tämä on tuonut taloudellisia haasteita ja rasitteita lapsiperheiden arkeen. (Sosiaaliturvan suunta 2005 -2006, 128, 130, 135).

Ensi- ja turvakotien päiväryhmät kehitettiin tueksi äideille, joille lasten kasvatusta ja arjessa selviytyminen on erinäisistä syistä hyvin haasteellista. Vanhemmuuteen sopeutuminen voi olla heille vaikeaa. Ryhmässä pyritään tukemaan äitien ja heidän alle kahden vuoden ikäisen lapsen keskinäistä vuorovaikutusta sekä auttamaan äitiä löytämään äitiyden itsessään. Lapsi pyritään tekemään äidille näkyväksi. Päiväryhmään tulevat äidit valikoituvat kunnan

sosiaalitoimen kautta ja he sitoutuvat ryhmään noin puoli vuotta kestäväälle jaksolle. (Törrönen 1998, 30 -31, 37.)

Tutkimukseni pyrkii kartoittamaan päiväryhmässä olleiden äitien saamaa tukea ja tuen tarvetta ryhmäjakson päätyttyä. Aiheesta ei ole juurikaan tehty aiempaa tutkimusta. Huoli äitien jälkihuollosta on Ensi- ja turvakodin työntekijöillä kuitenkin ollut, mutta tarvetta ei ole vielä ehditty tarkemmin kartoittaa. Suurin huoli on ollut päiväryhmässä saavutettujen hyvien tulosten pysyvyyden varmistamisessa. Törrönen (1998) arvioi, että joka kolmas perhe tarvitsisi ryhmän jälkeen tiivistä apua ja tukea. (Törrönen 1998, 89 -90.) Tutkimukseni on siis hyvin ajankohtainen ja sen avulla saadaan tarpeellista tietoa äitien kokemuksista ja tarpeista.

Aihe syntyi yhteistyössä Keski-Suomen Ensi- ja turvakodin päiväryhmän ohjaajien kanssa, kun olin sosionomiopintoihini liittyvässä harjoittelussa siellä yhden ryhmäjakson ajan keväällä 2006. Keskustelimme yhdessä päiväryhmän ohjaajien kanssa opinnäytetyöni aiheesta ja siitä, millaisen tutkimuksen tarve päiväryhmässä olisi. Tiesimme, että Erja Stenberg oli tehnyt vuonna 2003 tutkimuksen päiväryhmän toiminnan laadusta analysoimalla äitien kirjoittamia päiväkirjoja ryhmäjakson ajalta. Stenberg (2003, 65) esitti työssään jatkotutkimusaiheena päiväryhmän ja sen vaikutuksen arviointia tukimuotona äitien, lasten ja koko perheen elämään sekä päiväryhmään osallistuneiden äitien saamaa tukea ryhmäjakson jälkeen. Tähän jälkimmäiseen tutkimusehdotukseen tartuin ja lähdin työstämään aihetta yhdessä ohjaajien kanssa. Innostuin aiheesta, koska olin ollut mukana yhdellä neljän kuukauden mittaisella ryhmäjaksoilla ja nähnyt konkreettisesti, kuinka itse ryhmäjakso antaa tukea äideille ja lapsille.

Tutkimusmenetelmäksi valitsin laadullisen tutkimuksen ja aineistonkeruumenetelmäksi teemahaastattelun. Haastattelun teemat ovat taustatietojen lisäksi: kokemuksia ryhmäjakson aikana, tuen tarve ja tuki ryhmän jälkeen sekä kehittämissideat päiväryhmän jälkeisen tuen kehittämiseen. Olen nostanut yhdeksi teemaksi kokemukset ryhmäjakson aikana, koska se selvensi ja auttoi minua ymmärtämään äitien tuen tarpeita myös ryhmäjakson jälkeen. Tutkimukseni painopiste on kuitenkin selkeästi ryhmän jälkeisessä ajassa. Haastattelin yh-

teensä kuutta päiväryhmässä ollutta äitiä. Haastattelussa ja tutkimustuloksissa käyttämäni termi *sosiaalinen verkosto* kuvaa sukulaisia ja ystäviä sekä muita läheisiä ihmisiä, mutta se ei sisällä viranomaistahoa. Puhun *vertaistuesta*, joka tässä tarkoittaa muita ryhmän äitejä tai henkilön kanssa samassa elämäntilanteessa olevista ihmisistä saatua tukea. Puhun myös *rytmistä* tarkoittaen arjen päivärytmiä. Käytän rinnakkaisina päiväryhmän äideistä termejä *masentunut ja uupunut äiti* sekä päiväryhmästä termejä *päiväryhmä ja ryhmä*.

Stenbergin (2003) tutkimuksessa teoretietoa oli kerätty perheen muodoista, historiasta ja elämänkaaresta, äitiydestä, perhekokonaisuudesta ja sen osaluista, vauvaperheen elämästä sekä yleisesti lapsiperheiden tukimuodoista Suomessa. Muotoillessani omaa teoreettista viitekehystäni hyvin samanlaiset aiheet nousivat mieleeni, koska käsittelemme molemmat päiväryhmää tutkimuksissamme. Tämän samankaltaisuuden vuoksi päätin suunnata teoriaosuuden aiheitani selkeästi tuen tarpeisiin ja arkeen, etten toistaisi Stenbergin jo esittelemiä asioita. Tästä syystä en ole esimerkiksi määritellyt perheen käsitettä tai kirjoittanut äitiydestä erikseen, vaikka ne selvästi liittyvät käsittelemääni aiheeseen. Teoreettisen viitekehýkseni alussa selvitän lapsiperheiden tuentarpeita ja sitten Jyväskylän alueella paikallisesti jo olemassa olevia tuen muotoja. Olen valinnut tietoa ajatellen päiväryhmän toiminnan tavoitteita tuen tuottamisessa sekä erityisesti painottaen tuen tarpeiden näkökulmaa. Olen myös selventänyt Keski-Suomen Ensi- ja turvakodin palveluita sekä päiväryhmä Sarastuksen toimintaa auttaakseni tutkimustulosten hahmotumista lukijalle, joka ei ole niistä tietoinen.

Tutkimukseni tavoitteena oli, että saadut tulokset olisivat suoraan hyödynnettävissä päiväryhmätoiminnan jatkotuen kehittämisessä sekä koko Jyväskylän alueen palveluiden kehittämisessä äitien ja perheiden tueksi. Toivon, että tutkimustulokset voisivat hyödyttää tulevia päiväryhmän asiakkaita ja mahdollisimman moni äiti saisi entistä parempaa tukea elämäntilanteidensa tuomiin haasteisiin. Tutkimusta tehdessäni koin saavani paljon tietoa ja ymmärrystä lapsiperhetyöstä tulevaa uraani ajatellen. Tutkimuksen teko auttoi minua myös hyödyntämään ja paremmin jäsentämään sosionomikoulutukseni aikana oppimiani asioita. Koin kasvaneeni ihmisenä ja kehittyneeni ammatillisesti prosessin aikana.

2 LAPSIPERHEEN TUENTARPEITA

2.1 Arki

Jo synnytysosastolla sosiaalityöntekijä voi aloittaa yhteistyönsä vauvaperheen kanssa. Tarkoituksena on varmistaa perheen pärjääminen uudessa elämäntilanteessa. Erityisesti sosiaalihuollon puolesta halutaan tukea sellaisissa tilanteissa, kun on kysymyksessä hyvin nuori äiti tai perheellä on taloudellisia, lastenhoidollisia tai muita ongelmia. Sosiaalityön tavoitteena on auttaa perhettä kotiutumaan ja jaksamaan turvallisesti lapsen kanssa. (Kokko & Lammi-Taskula 2006, 47.) Lasta odottavalle perheelle jaetaan myös neuvolasta tärkeää tietoa lapsiperheen arjesta. Hyvänä esimerkkinä tästä on Stakesin uusi kirjanen ”Meille tulee vauva – opas vauvan odotukseen ja hoitoon”, johon viitataan useasti tämän luvun alussa. Sen ovat toimittaneet ja koonneet Anna Kokko ja Johanna Lammi-Taskula Sirpa Taskisen toimittaman käsikirjoituksen pohjalta.

Ensimmäisen lapsen syntyessä perheeseen arkeen tulee paljon uusia asioita. Perheen elämänrytmi muuttuu ja arki alkaa pyöriä lapsen ympärillä. Lapsen kyvyt ja tarpeet sekä mahdollisuus olla mukana esimerkiksi perheen harrastuksissa ja matkustamisessa sekä yleensä vanhempien arjessa tulee nyt ottaa huomioon. Lapsen tarpeet, kuten uni, puhtaus, vaatetus, ulkoilu ja nälkä tulee nyt huomioida kaikessa vanhempien tekemisissä. Lapsi ei voi huolehtia niistä itse. Nämä muutokset tulevat usein luonnostaan ja ovat yleensä myönteistä sopeutumista vanhemmille. Joidenkin perheiden kohdalla nämä voivat kuitenkin olla myös suuria haasteita. (Kokko & Lammi-Taskula 2006, 20, 30.) Käsitkseni mukaan tähän uuteen elämäntilanteeseen usein tarvitaan tukitoimia, jotta vanhemmat voisivat selviytyä kasvatustehtävästään. Vanhemmilla on mahdollisuus hakea apua useilta eri tahoilta, joista kerron tarkemmin luvussa kolme.

Lapsi tarvitsee säännöllisen päivärytmin jo hyvin pienenä. Vanhemmillekin on hyväksi, jos lapsi nukkuu säännöllisesti ja syö tiettyyn aikaan. Vanhempien unirytmien säännöllisyys ehkäisee heidän väsymistään ja näin auttaa lapsen kanssa jaksamista. (Kokko & Lammi-Taskula 2006, 76.) Siksi on tärkeää, että

perheet saavat rytmin luomisessa tukea heidän kanssaan tekemisissä olevilta tahoilta, kuten esimerkiksi neuvolasta.

Riskitekijänä lapsiperheen hyvinvoinnille voisi yhtenä merkittävimpänä mainita *tukiverkoston puuttumisen*. Esimerkiksi isovanhemmat voivat asua kaukana tai yhteys heihin ei jostakin syystä toimi. Tällöin puuttuu iso tuki vanhempien sopeutumisessa uuteen tilanteeseen. Isovanhemmilta saatu tuki kasvatuksessa voi olla korvaamatonta varsinkin silloin, kun kysymyksessä on perheen ensimmäinen lapsi. Lapsen saaminen ja hoitaminen voi herättää monenlaisia tunteita ja muistoja vanhempien omasta lapsuudesta ja näistä olisi hyvä pystyä keskustelemaan omien vanhempiensa kanssa. Muistot voivat olla myös ahdistavia, jolloin niistä kannattaa keskustella ihan asiantuntijan kanssa. (Kokko & Lammi-Taskula 2006, 78.) Asioiden käsittely antaa voimavaroja omaan vanhemmuuteen. Vertaistukiverkoston luomisessa voisi auttaa esimerkiksi perheen asuinalueella toimiva vanhempi-lapsiryhmä, jonne kokoontuu alueen muitakin vanhempia lapsineen.

Muut lähisukulaiset ja ystävät ovat myös kullanarvoinen tuki lapsiperheelle. Tämän tuen ollessa puutteellinen vanhempien voimavarat ja arjessa selviytyminen voivat heikentyä. Lapsiperheet, joilla tukiverkosto on heikko, ovat alttiina masennukselle ja väsymiselle. Tästä syystä olisi hyvä jo varhaisessa vaiheessa neuvolasta käsin painottaa verkoston tärkeyttä ja pyrkiä tukemaan tämän vanhempien lähiverkoston vahvistamista. Vanhempien lähipiirin ollessa hyvin suppea voivat erilaiset järjestöt, kuten Mannerheimin lastensuojeluliitto ja Väestöliitto, tarjota tilapäistä lastenhoitoa maksua vastaan. (Kokko & Lammi-Taskula 2006, 79.)

Yksi riskitekijä lapsiperheen arjessa on myös *perheen heikko taloudellinen tilanne*. Valtio tukee lapsiperheitä erilaisilla rahallisilla tuilla, joita ovat äitiysavustus, äitiys- ja vanhempainraha, lapsilisät sekä asumiseen liittyvät tuet, kuten yleinen asumistuki ja valtion asuntolainat. Lisäksi lapsi voi saada elatus-tukea, mikäli vanhempi tai vanhemmat eivät pysty maksamaan elatusmaksuja taatakseen alle 18-vuotiaan lapsen riittävän elannon. Sosiaalitoimisto voi myöntää viimesijaisena tuen muotona myös toimeentulotukea perheelle riittävän toimeentulon takaamiseksi. (Perhepolitiikka Suomessa 2006, 8-10.) Näis-

tä tuista huolimatta moni perhe elää tiukalla budjetilla. Taloushuolet kuormittavat vanhempia jo muutenkin uudenlaisen elämäntilanteen lisäksi.

Suomessa lapsiperheiden tuen suunta on tosin kääntynyt nousuun. Tuki ei kuitenkaan ole vielä saavuttanut lamaa edeltävää tasoaan. Avioerojen määrän kasvaessa yksinhuoltajuus on lisääntynyt ja erityisesti yksinhuoltajien taloudellinen tuki on vielä heikko. Tämä johtuu siitä, että yksinhuoltajien työttömyysprosentti on suurempi, kuin lapsiperheissä joissa vanhemmat asuvat samassa taloudessa. Lapsiperheiden kokonaismäärä puolestaan vähentyy koko ajan. Perheissä on havaittavissa kahdensuuntaista kehitystä. Lapsiperheiden lapsimäärä on lievässä kasvussa, mutta toisaalta myös yhä useammat naiset valitsevat lapsettomuuden. (Sosiaaliturvan suunta 2005 -2006, 7, 131.)

Lapsen tulo vaikuttaa *vanhempien parisuhteeseen*. Ennen vauvaa parisuhde on voinut toimia hyvin, mutta arjen muuttuminen ja keskittyminen lapsen ympärille tuo siihen omat haasteensa. Usein varsinkin isä voi kokea ulkopuolisuutta perheestä, koska äidin ajatukset ovat kohdistuneet lapsen hoitoon. Tämä voi aiheuttaa isän ajautumista kodin ulkopuolisiin harrastuksiin ja voi tuoda tullessaan jopa vihamielisyyttä lasta kohtaan, mikäli ongelmasta ei pystytä puhumaan. (Wahlberg 1999, 41- 42.) Siksi parisuhteen hoitaminen on myös tärkeää. Perheen sisällä olisi pystyttävä sopimaan mikä on "minun", "sinun" ja "meidän" aikaa. Vanhempien tulisi pystyä keskustelemaan lapsen tuomista muutoksista ja molempien omista tarpeista keskenään ja kertoa kaikista tunteistaan toiselle. (Kokko & Lammi-Taskula 2006, 76.) Jos keskustelu on hankalaa, voivat vanhemmat hakea keskusteluapua ammatti-ihmisiltä.

Perheen sisäiseen ja etenkin lapsen hyvinvointiin vaikuttaa *perheen ajankäyttö*. Perheen olisi pystyttävä jakamaan aikansa niin, että sitä riittää koti-, hoito-, koulu- ja harrastusaikaa ja normaaliin arkeen. Lapsi siis tarvitsee, että vanhemmat ovat oikeassa suhteessa läsnä ja "poissaolevia". (Kuivakangas 2002, 45.) Myös vanhempien työt vievät oman osansa perheen arjesta. Yksi suurista muutoksista työelämässä 1990-luvulla oli kuitenkin työtahdin kiristyminen. Työ rasittaa nyt henkisesti paljon enemmän, kun työn vaatavuus on lisääntynyt, mutta aikataulut ovat edelleen samat. Työasiat voivat kulkeutua kotiin, ja näin vievät vanhempien aikaa pois perheeltä. Myös työn epävarmuus voi kuormit-

taa vanhempia ja voidaan puhua jopa epävarmuuden aiheuttamasta uupumuksesta. (Kivimäki 2003, 192 -193.) Tamminen (2004) puhuu ajankäytön vaikutuksista lapsen kehitykseen. Lapsen kypsyminen ja kehityksen tunnistaminen edellyttää arkipäivän läsnäoloa, mikä ei ole mahdollista nopeatempoisessa ja toistuvia muutoksia sisältävässä elämäntavassa. (Tamminen 2004, 73.)

Lapsiperheen arjen hallintaa voidaan määritellä ekokulttuurisen teorian avulla. Teorian on kehittänyt Los Angelesin yliopiston (UCLA) tutkijaryhmä CHILD. Sen ajatuksena on, että lapsiperheiden arkeen vaikuttavat ympäröivä yhteiskunta ja elinpiiri. Perhe ei kuitenkaan ole vain passiivinen muuttaja, vaan myös ulkoisia olosuhteita aktiivisesti muokkaava subjekti. Lapsen kehityksen ja kasvun kannalta olennaisin vaikuttava tekijä on päivittäinen toimintaympäristö, sen vuorovaikutus- ja toimintatilanteet. Kodin arkielämä voi mukautua lapsen tuomiin uusiin vaatimuksiin. Vanhemmilla on teorian mukaan kuitenkin mahdollisuus toimia myös proaktiivisesti ja itse vaikuttaa lapsen ja sosiaalisten sekä taloudellisten reunaehtojen vaikutuksiin perheen arkeen. Vanhemmissa ajatellaan siis olevan itsessään paljon voimavaroja uuden tilanteen hallintaan. (Määttä 1999, 79, 81.)

Perheen päivittäisiä rutiineja ohjaa heidän sisäinen perhekulttuurinsa. Tämä sisältää perheen käsitykset ja uskomukset, jotka vaikuttavat arkisiin valintoihin. Perhekulttuuri vaikuttaa myös siihen, miten perhe kokee arjen haasteet. Esimerkiksi taloudellinen hyvinvointi on näin ajatellen suhteellinen käsite. Toinen perhe ei välttämättä koe taloudellista tilannettaan huonoksi, vaikka toiselle se voisi olla hyvinkin heikko. Kunkin perheen yksilöllisen perhekulttuurin tunteminen auttaa myös ammattiauttajia tukemaan perhettä heille sopivalla tavalla. Ammatti-ihmisen tulisi hyväksyä perheen kulttuuriin kuuluvat arvot, vaikka ne olisivatkin erilaiset häneen omaan käsitykseensä verrattuna. (Määttä 1999, 81 -83.)

2.2 Vanhemmuus

Vanhemmaksi synnyttään, kun perheeseen tulee ensimmäinen lapsi. Kukaan ei ole vanhempi ilman lasta. Vanhemmuuteen voi kasvaa vasta yhteydessä lapsen kanssa. Vanhemmuutta voidaan hahmottaa ja arvioida vanhemmuu-

den roolien avulla. Jacob Levy Moreno (1889–1974) on kehittänyt rooliteorian hahmottamaan ihmisten välisiä vuorovaikutussuhteita. Rooliteorian avulla voidaan tarkastella esimerkiksi, kuinka nainen toimii äitinä, vaimona, sisarena ja työntekijänä. Moreno määrittelee roolin yksilön omaksumaksi toimintamuodoksi tietyllä hetkellä tietyssä tilanteessa, mutta aina suhteessa toisiin ihmisiin tai asioihin. Rooli on sidoksissa yksilön persoonallisuuden kehitykseen ja ne tulevat tietoisiksi vastavuoroisten rooliodotusten kautta. Esimerkiksi äitiys tulee esille suhteessa lapseen. Roolien syntymiseen vaikuttaa ihmisen persoonallisuuden kehitys. Helminen ja Iso-Heiniemi (1999) ovat pohjanneet Vanhemmuuden roolikarttateoriaansa tähän Morenon rooliteoriaan. Vanhemmuuden keskeiset roolit voivat kehittyä ja kypsyä vasta, kun tullaan vanhemmaksi. Nämä roolit ovat huoltaja, rakkauden antaja, elämän opettaja, ihmissuhdeosaaja ja rajojen asettaja. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 12 -13, 24 -30.)

Huoltaja on arkielämän ja säännöllisen perhe-elämän ylläpitäjä ja rutiinien luoja. Hän huolehtii mm. terveellisestä ja riittävästä ruuasta, sopivasta vaatetuksesta, levon turvaamisesta, puhtaudesta ja terveydestä. Hän myös opettaa lapselle ympäristöstä huolehtimista, huolehtii virikkeellisestä ympäristöstä ja ulkoilemisesta sekä opettaa lapselle rahankäyttöä. *Rakkauden antaja* luo lapselleen pohjaa naisellisen tai miehisen itsetunnon ja itseluottamuksen kehittymiselle. Hän osoittaa hellyyttä, lohduttaa, suojelee, hyväksyy ja rohkaisee lasta. Hän kykenee myös rakastamaan itseään ja huolehtii omista tarpeistaan ja jaksamisestaan vanhempana. *Elämän opettaja* ohjaa lasta sosiaalisissa suhteissa toisten ihmisten kanssa ja opettaa käytöstapoja. Elämän opettaja neuvoa lasta arkielämän taidoissa, toimii mallin antajana, vaalii perinteitä, välittää arvot ja moraalin, opettaa sosiaalisia taitoja ja tukee lapsen luovuutta ja henkistä elämää. *Ihmissuhdeosaaja* auttaa lasta löytämään ja ilmaisemaan omia tunteitaan ja tarpeitaan. Vanhempi on keskustelija ja kuuntelija, auttaa ristiriidoissa, kannustaa, hyväksyvät lapsen tunteet, opettaa anteeksi antamista ja pyytämistä, tukee lapsen itsenäisyyttä, on oikeuden mukainen ja vaalii perheen ja lapsen ihmissuhteita. *Rajojen asettajan* tehtävä on taata lapselle turvallinen lapsuus. Ilman rajoja lapsi tuntee olonsa turvattomaksi. Rajojen asettajana vanhempi turvaa lapsen fyysistä koskemattomuutta, luo turvallisuutta esimerkiksi olemalla läsnä ja jättämättä pientä lasta yksin, valvoo ja noudattaa sovittuja sääntöjä ja uskaltaa rajata lapsen käytöstä. Hän myös

huolehtii vuorokausirytmistä ja osaa asettaa myös itselleen rajat elämässä. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 24 -30.) Näiden roolien keskiössä ovat aina lapsen tarpeet eri kehitysvaiheissa.

Vanhemmuuden roolien merkitys vaihtelee lapsen ikäkausien mukaan. Lapsen tarpeet ovat roolien toiminnan keskiössä. Helminen ja Iso-Heiniemi (1999, 22 -23) kuvaavat vanhemmuutta ja sen muuttumista lapsen kasvaessa seuraavalla tavalla:

Varhaislapsuudessa, lapsen ollessa 0-2 -vuotias, vanhemmuus alkaa muoutua. Vauvaiässä korostuu rakkauden antajan, huoltajan ja ihmissuhdeosaajan roolit. Vanhempi huolehtii kokonaisvaltaisesti lapsen psyykkisistä ja fyysisistä tarpeista. Huoltajan roolin toimiminen on vauvalle elinehto. Hellyyden osoitukset, kosketukset ja vastavuoroinen kommunikointi ovat vauvan identiteetin perusta. Vauva kasvaa myös vanhempien välisestä suhteesta ja tunnelmastosta ja oppii jo varhaisessa vaiheessa ihmissuhdetaitoja. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 22.)

Leikki-ässä, lapsen ollessa 2-6 -vuotias lapsen liikkuvuus lisääntyy jolloin vanhemman tulisi asettaa selkeitä rajoja. Leikin avulla lapsi opettelee elämää ja ilmaisee itseään. Hän omaksuu perheen asenteet ja tavat toimia. Siksi johdonmukainen rajojen asettaja- vanhempi on erityisen tärkeä tässä ikäkaudessa. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 22 -23.)

Kouluiässä, lapsen ollessa 6-12 -vuotias, hän oppii sosiaalisia taitoja kouluun mennessään. Silloin elämän opettajan rooli nousee keskeiseksi. Kouluikäisellekin lapselle vanhemman johdonmukaisuus opettaa lapselle moraalia parhaiten. Tässä vaiheessa opitut arvot ja asenteet ovat suhteellisen pysyviä ja jäävät vaikuttamaan osaksi lapsen persoonallisuutta. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 23.)

Murrosiässä, lapsen ollessa 12 -15 -vuotias, rajojen asettajan ja ihmissuhdeosaajan roolit tulevat keskeisiksi. Lapsi etsii omaa identiteettiään ja rajojaan ja usein kapinoi vanhempia kohtaan. Siksi selkeät rajat ovat tärkeitä. Vanhempi tarvitsee myös ihmissuhdetaitoja sopimusten tekoon nuorten kanssa. Kun lap-

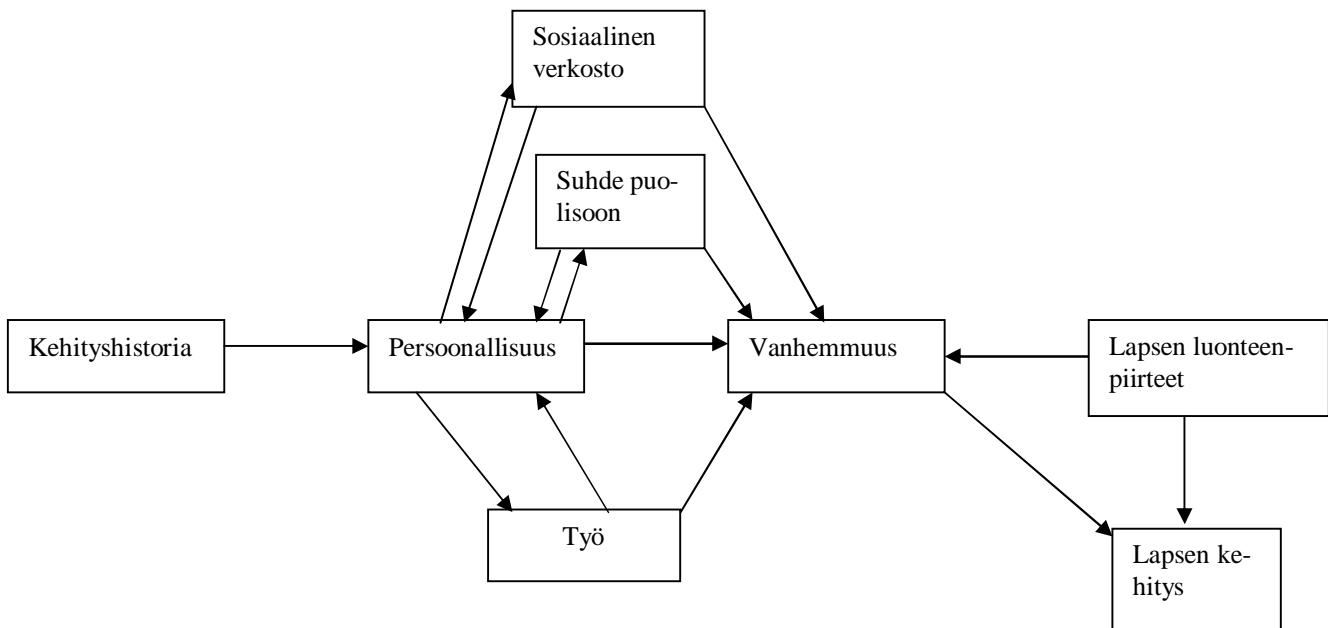
si voi neuvotella asioista, hän voi kokea, että hänellä on mahdollisuus tehdä itsekin valintoja ja harkita asioita. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 23.)

Itsenäistymisen vaiheessa, lapsen ollessa 15 -18 -vuotias, ihmissuhdeosaajan rooli korostuu entisestään. Tämä nuori haluaa enemmän päätösvaltaa elämästään itselleen. Vanhempien on kyettävä kuitenkin arvioimaan, kuinka paljon valtaa hänelle voi antaa. Rajojen asettajan rooli alkaa nyt tulla osaksi nuorta itseään. Hän asettaa itse omia rajojaan, esimerkiksi seurustelusuhteiden myötä. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 23.)

Rooleja on mahdollista kehittää ja omaksua läpi elämän. Jotkut roolit voivat jäädä kokonaan puuttumaan, jotkut toimivat luontevasti ja jotkut muodostuvat ylikehittyneiksi. Roolin ollessa kehittynyt sopivasti siinä on helppo toimia ja sitä voi käyttää tahdonalaisesti. Alikehittyneessä roolissa toimintaa ohjaavat ihmisen tunteet ja roolissa toimiminen tuntuu kuin harjoittelulta. Jos taas rooli on ylikehittynyt, voi toiminta olla automaattista eikä välttämättä ollenkaan tilanteen mukaista. Tämä voi vaikuttaa niin, että vanhemman on vaikea muuttaa käyttäytymistään suhteessaan lapseen, joka toimii vastoin vanhemman roolia. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 13 -14.)

Määttä (1999) kertoo teoksessaan Tauriaisen (1994) tutkimuksesta, jossa hän kartoitti vanhempien tuentarpeita. Hänen tutkimukseensa osallistui 241 kehitysvammaisen lapsen tai kehityksessään viivästyneen lapsen vanhempaa, sekä isiä että äitejä. Tauriaisen (1994) mukaan lapsen kasvaessa erityisesti vanhempien tiedollisen tuen tarve lisääntyi. Vanhemmat kaipasivat lisää tietoa muun muassa lapsen opettamisesta, kasvusta ja kehityksestä sekä lapsiperheen etuisuuksista ja palveluista. Henkilökohtaisena tukena vanhemmat kaipasivat vertaistukea muista samassa tilanteessa olevista vanhemmista, mahdollisuutta keskustella sosiaalityöntekijän tai psykologin kanssa sekä saada omaa aikaa. Lisäksi vanhemmat toivoivat mahdollisuuksia perheen yhteisiin harrastuksiin ja aktiviteetteihin. (Määttä 1999, 72 -73.) Mielestäni näitä tuloksia voidaan rinnastaa koskevaksi myös perheisiin, joissa voi olla jokin muukin perheen arkea hallitseva ja rajoittava tekijä. Tällainen voi olla esimerkiksi vanhemman uupumus tai masennus.

Vanhemmuutta on tutkittu enemmän lapsen kannalta ja sen laadun merkitystä lapsen kehitykselle. Belsky (1984) on halunnut kiinnittää huomiota itse vanhemmuuteen vaikuttaviin tekijöihin ja on tältä pohjalta luonut mallin (kuvio 1), joka havainnollistaa näitä tekijöitä. Malli kuvaa vanhemman, lapsen ja sosiaalisen ympäristön keskinäistä vuorovaikutusta.



KUVIO 1. Belskyn (1984) malli vanhemmuuteen vaikuttavista tekijöistä. (Kähkönen 1994, 3.)

Elder, Caspi ja Downey (1988) havaitsivat tutkimuksissaan, että lapsen kokeamalla vanhemmuudella oli vaikutusta hänen omaan vanhemmuuteensa ja kykyynsä luoda vuorovaikutussuhteita omien lastensa kanssa. He myös huomasivat koetulla vanhemmuudella olevan lapsen persoonallisuuden kautta vaikutusta parisuhteen muodostamiseen ja laatuun aikuisena. Belsky (1984) korostaa parisuhteen merkitystä myös vanhemmuuden laadulle. Vanhemmuutta arvioitaessa on siis otettava huomioon siihen vaikuttavat tekijät, jotka Belsky määrittelee kuviossa 1. Tarkka ja oikein kohdistettu arviointi yhteistyössä perheen kanssa auttaa ja helpottaa perheelle suunnattavien tukitoimien määrittelyssä. (Kähkönen 1994, 3-4, 6.)

Kykyyn toimia vanhempana ei vaikuta pelkästään yksilön ja vanhemman persoonalliset ominaisuudet, vaan myös sosiaalinen tukiverkosto ja ympäröivän

yhteiskunnan tarjoamat tuen mahdollisuudet. Vallitseva kulttuuri ja käsitykset vanhemmuudesta vaikuttavat vanhemmuuden arviointiin. Nutbeam (1986) määrittelee sosiaalisen tuen yhteisöjen yksilöille ja ryhmille tarjoamaksi avuksi, joka auttaa heitä selviytymään negatiivisista elämäntapahtumista ja rasittavista elämäntilanteista. Se sisältää hänen mukaansa tiedollisen, emotionaalisen sekä aineellisen tuen ja palvelut. (Kumpusalo 1991, 13.) Sosiaalinen tuki auttaa vähentämään stressiä ja suojaa yksilön psykologista toimintakykyä. Dunstin ja Trivetten (1988) mukaan sosiaalisen tuen vaikutus ensisijaisesti vanhempain ja heidän hyvinvointiinsa ja jaksamiseen. Se vuorostaan vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin ja yhdessä nämä vaikuttavat perheen keskinäisten suhteiden kautta lasten kehitykseen ja käyttäytymiseen. (Kähkönen 1994, 13 - 14.) Siksi kokonaisvaltainen tuki perheelle ja sosiaalisen verkoston aktivoiminen on tärkeä ennaltaehkäisevä tuki lapsiperheille ja heidän arjessa selviytymiseensä. Esimerkiksi äiti, joka kokee olevansa arvostettu aikuisena naisena ja saavansa ymmärrystä, tukea ja huolenpitoa, jaksaa ja osaa olla paremmin myös vauvansa kanssa (Sevón & Huttunen 2002, 94).

2.3 Äidin ja lapsen varhainen vuorovaikutus ja kiintymys

Varhainen vuorovaikutus on vastavuoroisuutta vauvan ja vanhemman välillä lapsen kehityksen alkumetreiltä asti. Jo kohdussa vauva potkii äidin vatsaa, mikä saa aikaan reaktioita äidin elimistössä. Vanhemman ja lapsen välisen varhaisen vuorovaikutuksen tavoitteena on edistää lapsen optimaalista kehittymistä. Keskeistä on erityisesti lapsen kognitiivisen kasvun edistäminen. Tätä edistää aikuisen ja lapsen vuorovaikutuksessa tapahtuva ennakointi-ilmiö. Ennakointi tarkoittaa sitä, että vanhempi pystyy ollessaan vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa ennakoimaan, mitä toimintaa lapsi ei vielä osaa, mutta kohta jo hallitsee. Vanhempi muodostaa sillan uuden taidon oppimiseen. Aikuinen on yhden askeleen edellä ja pian lapsi oppii tämän uuden taidon vanhemman avulla. Kognitiiviseen ja emotionaaliseen kehitykseen varhaisessa vuorovaikutuksessa liittyvät tiiviisti myös yksilön sosiaalisen ja moraalisen kasvun varhaiset perusrakenteet. Varhainen vuorovaikutus vanhemman kanssa rakentaa siis pohjaa koko lapsen myöhemmälle kehitykselle. (Tamminen 2004, 47, 57, 59.)

Hyvä varhainen vuorovaikutus toimii molempiin suuntiin vanhemman ja lapsen suhteessa. Niin vanhempi kuin lapsi ovat vuorovaikutuksessa aloitteentekijöitä. Tamminen (2004) puhuu vuorovaikutussyklistä, jossa toinen osapuoli vastaa aina toisen tekemään aloitteeseen. Vauva hakee huomiota katsekontaktilla hoitajansa kanssa ja itkien ilmaisee nälkäänsä. Hoitaja osoittaa vauvalle hellyyttä ja kokonaisvaltaista hyväksyntää koskettamalla tätä ja juttelemalla hänelle. (Tamminen 2004, 47, 55.) Käsitykseni mukaan vuorovaikutuksen toimituksessa lapsen tarpeet tulevat täytetyiksi ja hän kehittyy tasapainoiseksi yksilöksi.

Kiintymyssuhdeteorian on kehittänyt brittiläinen psykiatri John Bowlby (1907 - 1990). Hän korosti pysyvien ihmissuhteiden merkitystä vauvalle ja esitti, että katkokset niissä voivat olla vauvan kehityksen kannalta riskitekijöitä. Kiintymyssuhdeteoriat kuvaavat lapsen pyrkimystä käyttää äitiä turvallisena perustana ja ylläpitää läheisyyttä äitiin. Lapsen kokema läheisyys ja turvallisuus tässä suhteessa mahdollistavat sen, että hän voi alkaa tutustumaan ympäröivään maailmaan ja kehittää viestejä äidistä pois päin. Kiintymisen tuoma turvallisuuden tunne antaa lapselle rohkeuden olla utelias ympäröivästä elintilasta ja tutustua siihen. (Hautamäki 2003, 17, 23.)

Lapsella on synnynnäinen tarve kiinnittyä hoivaajaansa oman turvallisuuden tarpeensa vuoksi. Vauvalla on aina lähellään joku aikuinen, jolloin vauva kiinnittyy aina tähän; siis myös laiminlyövään, etäiseen tai jopa vihamieliseen aikuiseen, jos parempaa ei ole tarjolla. (Sinkkonen 2003, 93.) Kiintymyssuhteella on vaikutuksensa lapsen kehitykseen ja tulevaisuuteen. Kun lapsi kokee turvallisen kiintymisen, tukee se selvästi hänen myöhempää kasvuansa myönteisesti. Turvallinen kiintymys luo myös pohjan tuleville kiintymyssuhteille muiden ihmisten kanssa. Se auttaa ihmissuhteiden luomisessa ja määrittää, kuinka hän kykenee sitoutumaan toisiin ihmisiin. (Tamminen 2004, 62.)

Lapsi pystyy kasvamaan ja kehittymään normaalisti ja turvallisuutta kokevaksi, kun kiintymyssuhde voi kasvaa turvalliseksi. Aikuiselle kiintymyssuhde lapseen on sisäistynyt, mielessä tapahtuvaa kokemusta ja tunnetta. Vastavuoroinen kiintymys tarkoittaa sitä, että myös vanhempi ottaa vastaan lapsen kiintymystä, ei siis ainoastaan lapsi ota vastaan vanhemman kiintymystä. Tämä tuottaa parhaimmassa tapauksessa vanhemmalla aitoa iloa lapsen rakkau-

desta. Vanhempi saa täyttymyksen ja tyydytyksen tunnetta siitä, että lapsi on riippuvainen hänestä. (Tamminen 2004, 74.)

Varhaisella vuorovaikutuksella ja kiintymyksellä ajatellaan yleisesti olevan merkitystä lapsen myöhemmälle selviytymiselle koulumaailmassa ja aikuisena työelämässä. Turvallinen kiintyminen ensisijaiseen huoltajaan, yleensä äitiin, rakentaa pohjaa lapsen turvallisuuden tunteelle ja se taas vaikuttaa jo varhaisessa vaiheessa lapsen rohkeuteen ja uteliaisuuteen. Kiintymyksestä seuraa myös se, että lapsi voi kasvaa toisia kanssaihmissiä rakastavaksi. Jos lapsi kokee, että vanhemmat antavat hänelle riittävän hyvän turvallisuuden tunteen, hän pystyy omistautumaan leikille. (Sinkkonen 2003, 94; Tamminen 2004, 75.)

Ahlqvistin ja Kanninen (2003) kuvaavat varhaisen vuorovaikutussuhteen kolme eri näkökulmaa. Vuorovaikutus lapsen ja vanhemman voidaan nähdä kuin siltana vanhemman ja lapsen välillä, mutta myös väylänä maailmaan. Vanhempi säätelee ja suodattaa ulkomaailman viestejä. Hän hallitsee ulkopuolisen maailman vaikutusta hänen ja vauvan väliseen suhteeseen. Toisessa näkökulmassa lapsen ollessa pieni ulkopuolisilla ongelmilla ei ole merkitystä ellei vanhempi tuo perheen sisäisiä tai ulkoisia ongelmia suhteeseensa lapseen. Silloin ne tulevat riskitekijöiksi lapsen kehitykselle. Kolmas näkökulma viittaa lapsen ja vanhemman välisien ongelmien määritykseen. Jotkut perheen pulmat voivat ilmetä vuorovaikutuksessa toistensa kanssa, mutta ongelma ei ole aina itse vuorovaikutuksessa. (Ahlqvist & Kanninen 2003, 341.)

Varhainen vuorovaikutus- ja kiintymyssuhde häiriintyy usein perheen erilaisten ongelmien johdosta. Vuorovaikutuksen ongelmat liittyvät erityisesti äidin ja vauvan liialliseen läheisyyteen tai etäisyyteen. Lapsi tarvitsee sekä läheisyyttä että tilaa ympärilleen sopivassa määrin kehittyäkseen itsenäiseksi persoonaksi. Tähän voidaan vaikuttaa ammattilaisten taholta selkeästi ohjaamalla äitejä oikeaan suuntaan lapsen kanssa. Esimerkiksi ryhmämuotoisessa toiminnassa ohjaajat voivat toimia ikään kuin terapeuttisina henkilöinä vuorovaikutuksen hoidossa, vaikkakaan ryhmä ei olisi varsinainen terapiaryhmä. Äidit voivat tarvita äitihahmoja itsekin löytääkseen oman äitiytensä. (Törrönen 1998, 62.)

Usein voidaan nähdä, että vuorovaikutussuhteen ongelmat ovat lähtöisin äidin omasta lapsuudesta ja siellä syntyneistä vuorovaikutuskuvioista. Siltala (2003) kirjoittaa varhaisen vuorovaikutuksen hoidosta. Hän kertoo äidin ja vauvan yh-

teisistä terapiatapaamisista, joissa äiti terapeutin johdolla alkaa pikkuhiljaa hoitaa lastaan. Äiti opettelee hellimään, hyväilemään ja puhuttelemaan vauvaa ja näin tukehtunut vuorovaikutus pikkuhiljaa vapautuu. Näissä hetkissä äiti voi vähitellen alkaa muistaa ja ymmärtää omaa historiaansa ja jakamalla syitä terapeutin kanssa hän voi jäsentää sitä uudella tavalla. Äiti tarvitsee apua voidakseen nähdä vauvaansa vahingoittavat toimintatapansa ja näitä aiheuttavat vauvassa nähdyt tekijät. Vuorovaikutuksessa terapeutin kanssa äidillä on mahdollisuus myös löytää täydentäviä ja korjaavia kokemuksia itsestään. (Siltala 2003, 276.)

2.4 Synnytyksen jälkeinen masennus

Väisänen (2001) jakaa synnytyksen jälkeisen masentuneisuuden kolmiasteiseksi: synnytyksen jälkeiseen herkistymiseen, synnytyksen jälkeiseen masennukseen ja synnytyksen jälkeiseen psykoosiin. Kevyin muoto on *äidin herkistyneet tunteet* muutaman päivän päästä synnytyksestä. Äiti voi kokea olonsa masentuneeksi, itkuseksi ja väsyneeksi. Äidistä voi tuntua, että hän ei ole oma itsensä. Hän voi tuntea olonsa jopa näkymättömäksi vauvan viedessä kaiken huomion. Tämä johtuu äidin estrogeeni- ja progesteronitason romahduksesta synnytyksen jälkeen. Näin tapahtuu noin 40 -80 prosentille kaikista synnyttäneistä. (Väisänen 2001, 127.) Tämä tila on luonnollinen ja tarkoituksenmukainen. Sen tarkoitus on ohjata äitiä sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen ja vastaamaan vauvan tarpeisiin. Useimmiten tämä alakuloisuus menee ohi muutamassa päivässä tai viikossa. (Äimä Ry 2004.)

Toinen vaihe on *varsinainen synnytyksen jälkeinen masennus*. Siihen sairastuu noin 10 -26 prosenttia synnyttäneistä. Väisänen (2001) määrittelee vakavan masennuksen mielialaksi, joka on kestänyt jo vähintään kahden viikon ajan ja jota esiintyy päivittäin enimmän osan valveillaoloajasta. Masennus alkaa muutaman päivän tai viikon jälkeen synnytyksestä. Se voi hoitamattomana kestää jopa puoli vuotta. Jotkut äidit oirehtivat satunnaisesti jopa vuodenkin päästä masennuksen alkamisesta. Ensisijaisina vakavan masennuksen oireina Väisänen (2001) mainitsee äidin yleisen ärtyneisyyden, mielialojen vaihtelut sekä mielen masentuneisuuden. Näiden kolmen ydinoireen lisäksi myös

osa seuraavista oireista on useimmilla masennuksesta kärsivillä: väsymys, keskittymiskyvyttömyys, ruokahalun tai painon muutokset, syyllisyyden tai arvottomuuden tunteet, unihäiriöt, psykomotorinen kiihtymys tai hidastuminen ja itsetuhoiset ajatukset tai itsemurhayritykset. (Väisänen 2001, 130 -133.)

Vaikein synnytyksen jälkeinen oireyhtymä on *psykoosi*. Synnyttäjästä siihen sairastuu 1-2 äitiä tuhannesta. Sen oireet ovat hyvin selkeät ja sen hoitaminen vaatii aina ammattilaisen apua. Sen parantumisennuste on kuitenkin hyvä. Neljän äidin oireet viidestä ovat mielialahäiriöitä, mutta loppuilla oireet muistuttavat jopa skitsofreniaa. Väisänen (2001) selventää, että psykoosi alkaa tavallisen masennuksen oireilla, eli itkuisuutena, unettomuutena ja pelkoina, mutta muuttuu pian pakkoajatuksiksi ja epärealistisiksi peloiksi. Psykoosin riski on suurin äideillä, jotka ovat olleet psykoottisia aikaisemmin elämässään tai heidän suvussa on psyykkistä sairautta. Suurentunut riski on myös ensisynnyttäjillä ja keisarinleikkauksessa olleilla äidit. (Väisänen 2001, 150 -151; Äimä ry 2004.)

Synnytyksen jälkeistä masennusta pystytään hoitamaan monella tavalla ja toipumisennuste on hyvä. Hormonihoidoilla on saatu erityisen hyviä tuloksia. Lisäksi äideillä on mahdollisuus käyttää erilaisia terapiapalveluita. Väisänen (2001) mukaan äidin ja lapsen mahdollisuus yhteiseen aikaan edesauttaa äidin toipumista. Myös perheeltä ja läheisiltä saatu tuki ja ymmärrys vievät paranemista positiivisesti eteenpäin. Äidin masennuksen vaikutuksia lapseen on tutkittu paljon. Osa tutkimuksista osoittaa, että se vaikuttaa lapsen vajaan kognitiiviseen kehitykseen sekä kiintymyssuhteen epävarmuuteen. Toisaalta Väisänen (2001) kertoo myös päinvastaisista tutkimustuloksista, joissa on tutkittu lapsia, joiden äiti on toipunut lapsen ollessa alle puolen vuoden ikäinen. Ne osoittavat, että lapsella ei ole havaittu myöhemmässä kehityksessä ongelmia. (Väisänen 2001, 137, 151, 153.)

3 LAPSIPERHEIDEN TUKIMUOTOJA JYVÄSKYLÄSSÄ

3.1 Sosiaalipalveluiden asiakkaan oikeudet

Sosiaalipalveluiden asiakkaan oikeudet ovat usein esillä julkisessa keskustelussa. Niitä määrittävä laki on *Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/ 812*. Jyväskylän kaupungin suhteellisen tiukka taloudellinen tilanne voi vaatia näistä oikeuksista tinkimistä joissakin tilanteissa. Uskon, että koko tätä kuudetta lukua tutkimuksestani Jyväskylän alueella asuvat perheet pystyvät hyödyntämään etsiessään tukea arkeensa, koska olen koonnut yhteen alueen palvelut hyvin kattavasti. Palveluita ja asiakkaan oikeuksia määrittävää lakia palveluiden saamisessa olen esitellyt tässä seuraavaksi.

Sosiaalihuollon asiakaslain mukaan asiakkaalla on:

- Oikeus saada laadultaan hyvää sosiaalihuoltoa ja hyvää kohtelua ilman syrjintää. Tämä edellyttää sitä, että kaikkia asiakkaita kohdellaan yhdenvertaisesti. Hyvä kohtelu edellyttää myös sitä, että asiakkaan toivomukset, mielipide, yksilölliset tarpeet, etu sekä hänen äidinkiensä ja kulttuurinen taustansa otetaan huomioon sosiaalihuollon palveluita järjestettäessä. (Sosiaalihuollon asiakkaan asema ja oikeudet 2001, 25, 26.)
- Oikeus saada selvitys toimenpidevaihtoehdoista. Sosiaalihuollon henkilöstön on annettava selvitys niin, että asiakas sen varmasti ymmärtää. Selvityksessä on otettava huomioon asiakkaan erityisyys, kuten esimerkiksi kulttuurinen tausta ja äidinkieli. (Sosiaalihuollon asiakkaan asema ja oikeudet 2001, 27.)
- Oikeus saada toivomuksensa, mielipiteensä, etunsa ja yksilölliset tarpeensa huomioon otetuiksi sosiaalihuollon toteutuksessa. Asiakkaalle on annettava mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa palveluidensa suunnitteluun ja toteutukseen (L 22.9.2000/ 812 § 8).
- Oikeus saada päätös, sopimus ja/tai suunnitelma sosiaalihuollon järjestämisestä. Viranomaisella on velvollisuus tehdä päätös asiakkaan sosiaalihuollon järjestämisestä. (Sosiaalihuollon asiakkaan asema ja oikeudet 2001, 28.)

- Oikeus saada ja tarkastaa häntä itseään koskevia tietoja. Tämä oikeus määritellään viranomaisen toiminnan julkisuudesta annetun lain luvussa 3. Asiakkaan oikeus tarkastaa häntä koskevia asiakastietoja määritellään henkilötietolaissa 523/1999. (L22.9.2000/812 § 11.)
- Oikeus tehdä muistutus huonosta palvelusta ja kohtelusta. Asiakas voi valittaa saamastaan kohtelusta sosiaalihuollon toimintayksikön vastuuhenkilölle tai sosiaalihuollon johtavalle viranhaltijalle. Asiakkaan muistutukseen on vastattava kohtuullisessa ajassa sen tekemisestä. (L22.9.2000/812 § 23.)
- Asiakkaan velvollisuus on antaa sosiaalihuollon järjestämisessä ja toteuttamisessa tarvittavat tiedot. Tämän velvollisuuden määrittelee lain sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/ 812 pykälä nro 12.

3.2 Kaupungin tuottamia palveluita

Jyväskylän kaupungin sosiaali- ja terveystoimet tarjoavat asiakasperheilleen, joissa on alle kouluikäisiä lapsia, monenlaisia palveluita. *Päivähoito ja neuvola* ovat ehkä näistä merkittävimpiä. Neuvola tarjoaa tukea ja palveluita aina siihen asti, kunnes lapsi menee kouluun. Silloin hän siirtyy kouluterveydenhuollon piiriin. Neuvolassa seurataan niin äidin kuin lapsenkin hyvinvointia ja jaksamista. Neuvoloita on Jyväskylässä alueittain terveyskeskusten yhteydessä ympäri kaupunkia. Päivähoitoa voidaan järjestää perheelle myös lastensuojelluksena tukikeinona yleisen lapsen hoitotarpeen lisäksi. Mikäli perheen tilanne jaksamisen suhteen on vaikea, lapset voidaan ottaa päivähoidon piiriin, vaikka toinen vanhemmista olisi kotona. *Perheneuvolassa* taas etsitään yhdessä koko perheen kanssa ratkaisuja huolenaiheisiin perheen arjessa. Tällaisia voivat olla esimerkiksi jatkuvat ristiriidat, lapsen käyttäytymisen ongelmat tai jos perheessä on koettu menetyksiä tai muita vaikeita elämäntilanteita. Perheneuvola sijaitsee kaupungin keskustassa. (Sosiaali- ja terveystoimi 2006.)

Aluepsykologit ja mielenterveyspalvelut tarjoavat apua, kun perheessä on mielenterveydellisiä ongelmia, kuten masennusta ja uupumusta. Aluepsykologit toimivat tiiviissä yhteydessä alueiden sosiaali- ja terveystoimien kanssa.

sa. Mielenterveyspalveluita Jyväskylän kaupungin puolesta tuottavat terveysasemat, joista omalääkärit ohjaavat eteenpäin aluepsykologin vastaanotoille tai esimerkiksi psykiatrian osastolle Kangasvuoren sairaalaan. (Sosiaali- ja terveystoimi 2006.)

Kaupungin tarjoaa myös turvakoti- ja perhetukikotipalveluja *Mattilan perhetukikodissa*. Mattilaan voi hakeutua vanhempi ja lapset mihin vuorokauden aikaan tahansa, jos perheen kotitilanne on väkivallan tai sen uhan takia vaarantunut. Vanhempien erotilanteissa kaupunki järjestää apua ja tukea perheelle *tapaamis- ja elatusasioissa*. *Lastenvalvojan* kanssa vanhemmat voivat tehdä tapaamisoikeussopimuksia ja lapsen kanssa asuva vanhempi voi hakea elatustukea, mikäli toinen elatusvelvollinen vanhempi on maksukyvytön. Lastenvalvojan toimintayksikkö sijaitsee Palokassa ja Jyväskylän kaupunki ja maalaiskunta on jaettu alueittain eri lastenvalvojen piiriin. Kaupunki tarjoaa myös *avohuollon perhetyötä* tueksi perheen kotiin. Tämän kaltainen kotiin tuleva tuki onkin monille sellaisille perheille tärkeää, joissa on pieniä lapsia. Vanhempien voi olla hankala lähteä liikkeelle pienen lapsen kanssa tai perhe-elämä on ollut uuvuttavaa ja lähteminen on siksi vaikeaa. (Sosiaali- ja terveystoimi 2006.)

Lastensuojelullisia toimenpiteitä vaativissa tapauksissa kaupungin lastensuojeluyksikkö järjestää kiireellistä apua kriisiperheille. Perheen lapset tulevat yleensä ensin Mattilan perhetukikotiin, jota kautta kaupungin lastensuojeluyksikön sosiaalityöntekijän johdolla perheen kanssa pohditaan lapsen tai lasten kannalta parasta ratkaisua perheen vaikeaan tilanteeseen. *Lastensuojeluyksikön sijaishuolto* järjestää lasten sijais- ja tukiperheitä tukitoimina vaikeissa elämäntilanteissa oleville perheille. Jyväskylän kaupungilla on myös lastensuojelulaitokset *Myllyjärvi ja Lotila*, joihin lapsi voidaan sijoittaa, kun perheen tilanne uhkaa lapsen hyvinvointia. (Sosiaali- ja terveystoimi 2006.)

3.3 Muiden palveluntuottajien palveluita

Jyväskylässä yksityinen sektori on myös merkittävässä roolissa perhepalveluiden tarjoajana. Kaupungin nykyinen taloudellinen tilanne vaatii jatkuvia säästöjä ja siksi palveluiden määrää on jouduttu ja joudutaan rajoittamaan reilusti. Jyväskylän kaupunginjohtaja Markku Anderssonin vuodelle 2007 esittämän ta-

lousarvion mukaan esimerkiksi kasvavaan lastensuojelun palvelutarpeeseen ei pystytä ensi vuonna riittävästi vastaamaan. Kolmannen sektorin pitkälti vapaaehtoistyöhön painottuva apu on ratkaisu tähän ongelmaan. (Andersson 2006.)

Kolmannen sektorin palveluista *Jyväskylän kaupunkiseurakunta* järjestää lapsille ja perheille tarkoitettua toimintaa alueittain. Kaupunki on jaettu keskuksaan, läntiseen, ja pohjoiseen alueeseen. Kuokkala ja Säynätsalo muodostavat omat toimialueensa. Jokainen alue järjestää toimintaa oman suunnitelmansa mukaan. Kaikille yhteisiä toimialueita ovat perhekerhot, päiväkerhot, avoimet päiväkerhot, pyhäkoulut, muskarit, koululaisten iltapäivätoiminta ja perhekirkot. Kuokkalassa toimii lisäksi Isän kaa-ryhmä, joka on tarkoitettu isille ja lapsille sekä Vauvaperhepesä-niminen ryhmä, joka on tarkoitettu erityisesti alle 1-vuotiaiden vauvojen ja heidän vanhempiansa kohtaamispaikaksi. Manuilassa toimii myös äitien raamattupiiri ja Keljossa järjestetään yhdessä diakoniatyön kanssa yksinhuoltajien iltoja. (Kirkkojyväskylä 2006.)

Perheen ja erityisesti parisuhteen erilaisiin elämänhaasteisiin ja kamppailuihin tarjoaa apua Jyväskylässä Keski-Suomen seurakuntien ylläpitämä perheasiain neuvottelukeskus. Sen palvelut ovat maksuttomia ja niihin pääsevät kaikki Jyväskylän alueella asuvat. Kirkkoon ei siis tarvitse kuulua. Työskentelymenetelmänä siellä käytetään keskustelua. Neuvotteluihin hakeudutaan soittamalla neuvottelukeskukseen ja varaamalla aika. Prosessi yhden perheen kanssa kestää useimmiten viisi käyntikertaa. Myös perheväkivaltilanteissa voi neuvottelukeskukseen hakeutua keskustelemaan asiantuntijoiden kanssa. Perheasiain neuvottelukeskuksen pääasiallinen toimipiste sijaitsee Jyväskylän keskustassa, mutta vastaanottopisteitä on myös ympäri maakuntaa. (Kirkkojyväskylä 2006.)

Mannerheimin lastensuojeluliitto tarjoaa vanhemmille monenlaista tukea. Heille tarkoitettu Vanhempain puhelin ja – netti tarjoavat apua silloin, kun tarvitaan neuvoja ja ohjeita kasvatuksellisiin kysymyksiin ja pulmiin. Se perustuu vertaistukeen ja on ennaltaehkäisevää lastensuojelutyötä. Puhelimeen ja sähköposteihin vastaavat vapaaehtoistyöntekijät ovat itsekin vanhempia. Jyväskylässä toimii myös useita liiton perhekahviloita. Keskustassa sijaitsevassa Tou-

rutuvassa järjestetään kerhotoimintaa, tilapäishoitoa sekä iltatoimintaa. Siellä toimii myös avoin päiväkotiki, sekä Jyväskylän Mannerheimin lastensuojelupiiriin välinevuokrauspalvelu. Muut perhekahvilat sijaitsevat Keltinmäessä, Mustalammella, Kuokkalassa, Nenäinniemessä, Keljonkankaalla ja Säynätsalossa. Lisäksi Jyväskylän maalaiskunnan alueella mm. Palokassa ja Vaajakoskella on useita kahviloita. Kaikissa kahviloissa kokoontuu erilaisia vanhempilapsiryhmiä. Mannerheimin lastensuojeluliitto tarjoaa Jyväskylän alueella myös lastenhoitoapua. Se välittää hoitajia muutaman päivän varoitusajalla ja perhe maksaa palkkiota suoraan hoitajalle. (MLLKeskisuomi.nettisivut.fi 2004.)

Vanhemman tai vanhempien käyttäessä runsaasti päihteitä tai ollessa väkivaltainen on apua tarjolla myös kaupungin ulkopuolisilta palveluntarjoajilta. Apua voi hakea päihdeongelmissa oman alueen terveyskeskuksen lisäksi suoraan *Jyväskylän seudun päihdepalvelusäätiöltä* Kyllönmäeltä, jonka toimintaa rahoittaa Raha-automaatti yhdistys ja työn kehittämisessä on mukana mm. Stakes ja Sosiaali- ja terveysministeriö. (Jyväskylän seudun päihdepalvelusäätiö 2006.) Perheväkivaltilanteessa Jyväskylän mielenterveysseuran ylläpitämästä *Kriisikeskus Mobilesta* ottaa vastaan turvapaikkaan tarvittaessa vanhemman lapsineen Jyväskylän keskustassa. Mobileen tullaan kriisin ollessa akuutti ja sieltä työntekijät ohjaavat sitten saamaan oikeanlaista apua tilanteeseen. Mobilesta voidaan ohjata esimerkiksi Ensi- ja turvakodille laitosjaksolle, jos perheen tilanne sitä vaatii. (Kriisikeskus Mobile Jyväskylä 2006.)

Muissa *Jyväskylän kristillisissä seurakunnissa*, kuten Vapaakirkossa ja Helluntaiseurakunnassa, on erilaisia pienryhmiä ja perhekerhoja. Monissa niistä tehdään avioliittotyötä parisuhteen tueksi. (Jyväskylän vapaaseurakunta 2006; Jyväskylän Helluntaiseurakunta 2006.) *Jyväskylän Katulähetys* tekee perhetyötä Jyväskylän alueella. Yleensä perhetyön asiakkaaksi tullaan lastensuojelun sosiaalityöntekijän ohjaamana, mutta perhe voi tarvittaessa myös itse ottaa yhteyttä Katulähetysten työntekijöihin ja toivoa perhetyön aloittamista. (Jyväskylän Katulähetys ry 2006.) *Pelastakaa Lapset ry:n Jyväskylän paikallisyhdistys* tukee erityisesti vähävaraisia lapsiperheitä myöntämällä perhevastuksia vuosittain. Jyväskylän yhdistys tekee myös lastensuojelutyötä järjestämällä adoptioita sekä tukiperhe- ja sijaislapsitoimintaa. (Jyväskylän Pelastakaa Lapset 2006.)

Keski- Suomen Ensi- ja turvakoti kuuluu Jyväskylän alueen yksityisen sektorin perheiden tukipalvelujen tuottajiin. Sinne voi ottaa itse yhteyttä ja keskustella mahdollisista tukimuodoista kyseiseen perhetilanteeseen. Useimmiten Ensi- ja turvakodin tuen piiriin tullaan lastensuojelun sosiaalityöntekijän kautta (Törrönen 1998, 36). Ensi- ja turvakodin tarjoamista palveluista kerron lisää seuraavassa luvussa.

Huomasin tutkiessani Jyväskylän kaupungin perheiden palveluiden sivustoja internetissä, että yksityisistä palvelun tarjoajista ei ollut tiedotettu ollenkaan. Tänä päivänä internetin käyttö on jo niin yleistä, että uskon monien apua tarvitsevien perheiden hakeutuvan tietokoneen ääreen etsimään apukeinoja. Siksi olisi mielestäni erittäin tärkeää lisätä Jyväskylän kaupungin perheiden palvelujen yhteyteen linkkejä myös yksityisten avuntarjoajien sivuille. Sitä kautta perheet voisivat myös omatoimisesti löytää tukea itselleen, eikä avunsaanti prosessin tarvitsisi aina kulkea kaupungin oman suuren ja joskus hitaankin byrokraattisen koneiston läpi.

4 KESKI-SUOMEN ENSI- JA TURVAKODIN PALVELUT ASIAKKAILLEEN

Keski-Suomen ensi- ja turvakoti on vuonna 1946 perustettu yhdistys, jonka ensikoti otettiin käyttöön Kuokkalassa vuonna 1956. Yhdistys kuuluu valtakunnalliseen koko Suomen laajuiseen ensi- ja turvakotien liittoon, jossa on 27 muuta jäsenyhdistystä. Yhdistys on kansalaisjärjestö, jonka toiminta kohdistuu lapsiin ja perheisiin. Tarkoitus on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön ja tukea vanhemmuutta ja perheenjäsenten keskinäistä vuorovaikutusta. Yhdistys pyrkii myös ennaltaehkäisemään perheväkivaltaa ja hoitaa väkivaltaa jo kokeneita sekä tukee myös muunlaisissa perhettä kohtaavissa kriisitilanteissa. Ensi- ja turvakodin työ on ammatillista lastensuojelutyötä. Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen on keskeinen osa koko sen toimintaa. Työn keskeisiä periaatteita ovat perhekeskeisyys, lapsen näkökulma ja lastensuojelu sekä vanhemmuustyö. (Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti 2006.)

Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti tarjoaa kaupungille ostopalveluna lastensuojelun menetelmiä eri keinoin. Näitä ovat erilaiset työmuodot, joista päiväryhmä Sarastus on yksi. Sarastuksesta löytyy tarkempaa tietoa seuraavassa luvussa 5. Lisäksi Ensi- ja turvakodilla kokoontuu masentuneiden, uupuneiden ja väsyneiden äitien Baby Blues -vertaisryhmä kerran viikossa. Baby Blues -työ on ryhmätoiminnan lisäksi puhelinneuvontaa sekä yksilö- ja parisuhdekeskustelua. Ensi- ja turvakodin tiloissa järjestetään valvottuja ja tuettuja tapaamisia lapsen ja vanhemman välillä esimerkiksi perheväkivaltatapauksissa. Työmuotoihin kuuluu myös koteihin tehtävä Alvari-perhetyö. Valtaosin Ensi- ja turvakodin palvelut ovat valtakunnallisia, joten Keski-Suomeen voi tulla asiakkaaksi myös alueen ulkopuolelta. Asiakkaaksi tullaan useimmiten sosiaali- ja terveystoimen lähettämänä, mutta myös suora yhteydenotto Ensi- ja turvakodille on mahdollista. (Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti 2006.)

Ensikodin tarkoitus on tukea perheitä vanhemmuuden varhaisessa vaiheessa sekä auttaa elämän hallintakykyä lisäämällä. Ensikotiin äiti voi tulla joskus jo raskausaikana ja isäkin voi asua tarvittaessa ensikodilla. Asumisaika on yksilökohtainen ja se sovitaan erikseen perheen kanssa. Äidin asuinkunnan sosi-

aaliviraston kanssa tehdään sopimus ensikotihoidon maksamisesta. Ensikodilla on tarkoitus opetella arkielämää vauvan kanssa tuetusti. (Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti 2006.)

Turvakotiin tullaan lähisuhdeväkivaltatilanteissa. Pelkkä väkivallan uhka ja pelko siitä riittää syyksi tulla asiakkaaksi. Henkilökunnan kanssa turvapaikan hakenut pyrkii ratkaisemaan kriisitilanteen. Henkilökunta tukee selviytymistä vaikeasta elämäntilanteesta. Turvakodin toiminnan lähtökohtana on lapsen edun turvaaminen, ja erityistä apua halutaan antaa niille lapsille, jotka ovat joutuneet todistamaan tai itse kokemaan väkivaltaa esimerkiksi kotona. (Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti 2006.)

Keski-Suomen Ensi- ja turvakotien liitto tarjoaa tukea myös päihdeongelmista kärsiville äideille. Kuokkalassa toimii Ensi- ja turvakodin lisäksi myös viisi paikallinen Ensikoti Aliisa erillisessä rakennuksessa, mutta samassa pihapiirissä. Sen palvelut ovat tarkoitettu intensiiviseksi tueksi äideille, jotka odottavat lasta tai ovat juuri saaneet lapsen ja heillä on ongelmia päihteiden käytön kanssa. Aliisa on täysin päihteetön talo, mikä tarkoittaa sitä, että äitien on oltava täysin selviä ollessaan asiakkaina. Isät saavat vieraila talossa, mutta vieraillessaan myös heiltä vaaditaan päihteettömyyttä. Avopalveluyksikkö Aino kuuluu samaan toimintayksikköön Aliisan kanssa, mutta se tuottaa päihdeäitien palveluita avopalveluna arkipäivisin. Päihdetyön tavoitteena on ehkäistä päihteiden käytön aiheuttamia vaurioita vauvan ollessa kohdussa ja tukea päihteetöntä vanhemmuutta. (Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti 2006.)

5 PÄIVÄRYHMÄ SARASTUS

Ensimmäinen päiväryhmä aloitti toimintansa Helsingin ensikodissa vuonna 1995. Päiväryhmiä on seitsemällä paikkakunnalla Suomessa ja ne saavat rahoituksensa Raha-automaattiyhdistykseltä sekä osittain kunnilta. (Törrönen 1998, 12; Perhekuntoutus 2006.) Päiväryhmään tullaan kunnan lastensuojelun sosiaalityön tai neuvolan lähettämänä. Ryhmä tarjoaa vauvaperheelle intensiivistä ja pitkäjänteistä tukea. Ryhmän tarkoituksena on tukea vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta sekä elää lapsiperheen arkea yhdessä. Ryhmään tulee useimmiten äiti, joka kärsii masennuksesta tai perheessä on muita kuormittavia tekijöitä, jotka uuvuttavat ja vaikeuttavat varhaista vuorovaikutusta lapsen kanssa. (Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti 2006.)

Äidit tulevat yleensä yhden 0-2-vuotiaan lapsen kanssa, mutta joskus äidillä voi olla myös kaksi pientä lasta ryhmässä. Perhe sitoutuu päiväryhmään noin puoleksi vuodeksi. Ryhmään tulevat äidit eivät ole ryhmän aikana työelämässä. Useimmiten äidit ovat lapsen kanssa hoitovapaalla. Uusi ryhmä alkaa siis aina puolivuositain keväällä ja syksyllä. Sosiaalityöntekijä tai neuvolan työntekijä ottaa yhteyttä päiväryhmään ja ehdottaa perhettä ohjaajille. Prosessi etenee niin, että ryhmään tulevia äitejä haastatellaan useamman kerran mukaan tulevan vauvansa sekä mahdollisuuksien mukaan myös isän kanssa. Ainakin yksi haastatelluista on yhdistetty työntekijöiden kotikäyntiin. Äiti käy haastattelussa myös päiväryhmän tiloissa ja samalla tutustuu niihin vauvansa kanssa. Haastatteluilla pyritään kartoittamaan perhetilannetta ja tuen tarvetta, sekä asettamaan tavoitteita ryhmäajaksi. Lisäksi niissä käydään läpi päiväryhmän toimintatavat ja tavoitteet. Työntekijät pyrkivät haastattelusta saatujen tietojen perusteella valitsemaan ryhmään äitejä niin, että se olisi mahdollisimman toimiva kokonaisuus äitien taustat huomioonottaen. (Törrönen 1998, 37 - 38.)

Tämän alkutyöskentelyn tarkoituksena on motivoida ja sitouttaa äitiä ja koko perhettä päiväryhmätyöskentelyyn. Alkutyöskentelyä voidaan tehdä useampaan perheeseen, kuin ryhmään voidaan ottaa. Tämä siksi, että työskentelyn aikana on joskus mahdollista tulla siihen tulokseen, että on parempi, ettei ky-

seinen perhe ei aloitakaan ryhmää. (Sojakka 2006; Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

Päiväryhmän ohjaajilla on yleensä säännöllinen työnohjaus ja koulutuksia liittyen työhön. Se on edellytys sille, että työ pysyy perustehtävässään ja että työtä pystytään jatkuvasti kehittämään. Päiväryhmien toimintaa seurataan ja arvioidaan sekä paikallisesti että valtakunnallista ja toiminnan vaikuttavuutta kartoitetaan. Ryhmän asiakasäideiltä kerätään palaute ryhmän päätyttyä. (Törrönen 2005, 17.)

5.1 Päiväryhmän tavoitteet

Törrönen (2005) kuvaa päiväryhmän tarkoitukseksi avopalveluna tukea äidin ja lapsen vuorovaikutusta. Tuki perustuu yhdessä tekemiseen ja rytmin löytämiseen arjen kaaoksessa. Arjen asetuttua takaisin urilleen äidin on mahdollista "löytää" lapsi. Erityishuomio on koko ajan äidin ja lapsen välisessä suhteessa. Tarkoituksena on tehdä vauva näkyväksi ja todelliseksi äidille. Vauvaperheille haluttiin kehittää räätälöityjä tukipalveluja ja siihen tarpeeseen päiväryhmät syntyivät. (Törrönen 2005, 16,17.)

Lapsen ja vanhemman kiintymystä ja vuorovaikutusta voidaan tukea monella tavalla. Tavoitteena on johdonmukainen ja herkkä vanhemmuus, jossa otetaan huomioon lapsen tarpeet ja vastataan niihin. Tukeminen alkaa sillä, että havainnoidaan lapsen vuorovaikutustaitoja suhteessa häntä hoitavaan aikuiseseen. Miten vanhempi reagoi lapsen viesteihin kuten itkuun, väsymykseen, nälkään? Kuinka lasta pidetään sylissä ja miten lapsi silloin käyttäytyy? Pyrkikö vanhempi katsekontaktiin ja vastaako vauva siihen? Millaista ääntä vanhempi käyttää? Vanhemmalle annetaan palautetta toiminnastaan. Palautteen anto on hyvä tehdä heti itse tilanteessa, jossa vanhempi toimii huonosti tai hyvin. Myös lapsen kehitystä pyritään tukemaan ja huomaamaan. Äidille osoitetaan, kuinka lapsi on oppinut jonkun uuden taidon ja äitiä autetaan tukemaan lastaan taidon vahvistamisessa. Sekä vanhemman ja lapsen että myös vanhemman ja työntekijän välille pyritään luomaan eräänlainen kiintymyssuhde. Käytännössä tämä tarkoittaa työntekijän herkkää ja luotettavaa reagointia

vanhempien viesteihin, pyrkimystä vanhempien psykologisen todellisuuden ymmärtämiseen sekä ihan esimerkiksi sovitusta rajoista kiinnipitämistä. (Kalland 2003, 226.)

5.2 Päiväryhmän rakenne

Päiväryhmä kokoontuu neljän kuukauden ajan kolmena päivänä viikossa, tiistaina, keskiviikkona ja torstaina. Päivä alkaa aina klo 10 ja päättyy klo 15. Maanantai ja perjantai ovat ohjaajien valmistelupäiviä, jolloin he suunnittelevat toimintaa ja hoitavat muita käytännön työhön liittyviä asioita. Noin puolessa välissä ryhmäjaksoa on perhekuntoutusviikko Sipoossa Sopukan perhekuntoutuskeskuksessa, jonne pääsevät mukaan myös isät ja perheen mahdolliset muut lapset. Sopukajaksosta kerron enemmän luvussa 5.4.4. Ryhmän intensiivisen jakson jälkeen pidetään suunnilleen kesä- tai joululoman mittainen tauko, jonka jälkeen äidit tulevat vielä kahdeksi viikoksi jälkihuoltojaksolle. Jälkihuoltojakson aikana keskustellaan kuinka arki ryhmän jälkeen on lähtenyt sujumaan ja voidaan kartoittaa myös mahdollista jatkotuen tarvetta. Jälkihuoltojakso toteutetaan päiväryhmän tavoin, eli äidit tulevat kolmena päivänä viikossa ryhmätilaan lastensa kanssa. Ryhmäpäiväkin on rakenteeltaan samanlainen kuin neljän kuukauden jaksolla. Esittelen ryhmäpäivän kuvauksen tarkemmin seuraavassa luvussa. (Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

Päiväryhmään on otettu jo vähän aikaa opiskelijoita työharjoitteluun. Sosionomiopiskelijoille päiväryhmä on ollut oivallinen paikka suorittaa esimerkiksi valinnainen harjoittelu. Myös perhetyön harjoittelu on mahdollinen suorittaa päiväryhmässä, jolloin opiskelija voi tehdä kotikäyntejä ryhmässä käyvän äidin perheeseen. Opiskelijoiden läsnäolo ryhmässä ei ole häirinnyt äitejä, jos opiskelija sitoutuu ryhmään alusta asti ja koko ryhmäjakson ajaksi. Tällöin opiskelija pääsee hyvin osaksi ryhmää, ja äiditkin voivat kokea opiskelijan luonnollisena osana sitä sekä yhtenä aikuisena ohjaajien kanssa.

5.3 Sarastuksen yhden päivän kuvaus

Päivän kulku Jyväskylän päiväryhmässä etenee niin, että ensimmäinen äiti tulee klo 9.30 lapsensa kanssa ja ryhtyy laittamaan ruokaa koko porukalle yhden ohjaajan kanssa. Muut äidit tulevat noin klo 10 ja toinen työntekijä lähtee heidän ja heidän lasten sekä aikaisemmin tulleen lapsen kanssa yhdessä ulkoilemaan. Yhdentoista aikaan tullaan sisälle ja pidetään pieni yhteinen laulu-leikkihetki. Tässä käydään myös kuulumiskeskustelu, jolloin äidit voivat kaikkien kuullen purkaa päällimmäisiä tuntojaan. Sitten syödään. Tämän jälkeen äidit nukuttavat lapsensa päiväunille ja sitten alkaa äitien oma keskustelu-aika. Kahden aikaan lapset heräävät ja silloin syödään välipalaa. Lopuksi kysytään äitien tunnekuulumisia. Äidit kirjoittavat lapsistaan jokaisen päivän päätteeksi jotakin havaitsemaansa positiivista seinällä olevalle paperille. Sitten lauletaan loppulaulu jonka jälkeen lähdetään kotiin. (Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

Päivän rytmi tuo arkeen rytmiä äideille ja erityisesti lapsille. Lauluhetket rytmittävät päiväryhmäpäivää. Tietyn laulun laulamista lapsi tietää, että sen jälkeen syödään. Loppulaulun laulamista taas lapsi voi tunnistaa kotiinlähden ajan. Loppulaulu on myös äideille merkki päivän päättymisestä. Lauluhetket antavat äidille keinoja rauhoittaa lastaan tarpeen tullen myös kotona. Ruuanlaitto- ja ulkoiluhetkissä on hyvää keskustelu-aikaa äideille purkaa päivän murheita tai jakaa ilon aiheita työntekijän kanssa. Äitien on useimmiten helpompi puhua tekemisen ohessa. Kun taas äitien ryhmäkeskusteluhetket ovat ohjattuja ja niissä keskitytään juttelemaan sen viikon aiheesta. Päivän rungosta löytyy kuitenkin riittävästi väljyyttä, jotta äideillä on aikaa pysähtyä ja jutella sekä ihan opetella lapsensa hoitoa. Jos päivä olisi liian tiivis, eivät ohjaajat ehtisi huomata asiakkaita ja heidän toimintatapojaan arjen tilanteissa ja ohjata heitä näissä tilanteissa tarpeen mukaan. (Törrönen 1998, 84; Uusitalo, Hulkko, Mikkonen, Ojala-Holm, Siltala & Heinonen 2005, 37).

Erityisesti traumatisoituneille äideille päiväryhmän selkeä rytmi viikossa ja päivässä auttaa heitä arjen rytmityksessä. Tällaisen äidin hoidossa on tärkeää olla mahdollisimman paljon ennalta arvattavaa toimintaa, koska traumat ovat niin arvaamattomia. Äideille on hyväksi kokea ”normaalia” arkista toimintaa elämäänsä, koska se vapauttaa heitä ahdistavista muistoista ja arvaamattoman pahan muiston esille tulon pelosta. Tämä ei tarkoita sitä, ettei traumoja

tulisi käsitellä, vaan sitä, että äidit voisivat rytmin avulla vapautua pahan odotuksesta, mikä on tyypillistä traumatisoituneille äideille. (Suokas-Cunliffe 2005, 62.)

5.4 Menetelmät

Työmenetelminä päiväryhmässä käytetään ryhmäkeskusteluja ja -prosessia, videointia ja valokuvausta, arjessa opettelua sekä verkostotyötä. Lisäksi osaksi työskentelyä kuuluu viikon mittainen perhekuntoutusjakso. Menetelmät ovat tärkeä osa työtä, ja ne ovat muotoutuneet ajan myötä palvelemaan ryhmän tarpeita.

5.4.1 Ryhmäkeskustelut ja -prosessi

Keskusteluaiheet äitien keskusteluhetkissä vaihtuvat viikoittain. Jokaisessa viikossa on siis tietty teema, johon liittyen käydään keskusteluja. Nämä teemat keväällä 2006 olivat *vuorovaikutus, raskaus, mielikuvavauva, synnytys, uni ja valverytmi, äitisuhde, naiseus ja seksuaalisuus, vanhemmuus, itsetunto, arvot ja asenteet ja tulevaisuus*. (Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

Hyvä keskustelu on henkilökohtaista kokemusta, osallistumista totuuksia ja merkityksiä luovaan vuorovaikutukseen. Se on tilannekohtaista. Keskustelu on ymmärrettävissä vain siinä sosiaalisessa tilanteessa, jossa keskustelu käydään. Se on myös luonteeltaan monisäikeistä, vaihtelevaa, moninaisuutta sisältävää. Hyvä keskustelu rohkaisee monenlaisuuteen. Keskustelija tuntee olevansa mukana luomassa oleellisuuksia. Hyvä keskustelu on myös vaillinaista ja epätäydellistä siten, että viimeistä pistettä ei koskaan voida sanoa. (Makkonen 1995, 98 -99.) Päiväryhmässä keskustelu päättyy ajallisesti tiettyyn pisteeseen, mutta usein äidit jatkavat keskustelua keskenään ryhmän jälkeen ja vielä seuraavana päivänäkin. Päiväryhmässä äideillä on myös tunnepäiväkirjat, joihin he voivat purkaa tunteitaan muinakin aikoina. Päiväkirjoja voidaan lukea yhdessä ohjaajan kanssa äidin niin halutessa. Äideille saattaa olla helpompi kirjoittaa tunteistaan, kuin puhua niitä aina ulos. (Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

Ryhmäkeskustelut päiväryhmässä ovat erittäin tärkeitä vertaistuen hetkiä äideille. Hyväksytyksi tuleminen on hoitavaa. Äidit saavat tukea omalle äitiydelleen ja mahdollisuuden kokemusten jakamiseen sekä johonkin ryhmään kuulumiseen. Äitien irrallisuuden tunne helpottaa, kun on paikka minne tulla ja saada tukea ”kohtalotovereilta”. Äiti peilaa äitiyttään muihin ryhmäläisiin ja voi oppia huomaamaan ja arvostamaan myös omia vahvuuksiaan. Traumatisoituneiden äitien olisi hyvä saada normalisoivaa tietoa siitä, miten omat kokemukset voivat hallitsemattomasti tulla myös tämän hetken vuorovaikutukseen. Vertaisryhmä on äärimmäisen tärkeä tällaisessa jakamisessa. Kun joku toinenkin äiti on voinut kokea samanlaisia asioita ja kamppailee yhtä lailla vuorovaikutuksessaan lapsen kanssa, on helpompaa puhua asiasta ja ymmärtää omaa toimintaa. (Suokas -Cunliffe 2005, 62.)

Jotkut päiväryhmistä, kuten tämä, jossa olin mukana, muodostuvat hyvin keskusteleviksi. Silloin äidit ovat avoimia kertomaan itsestään ja myös kuuntelemaan toisia. Äidit antavat toisilleen palautetta ja ottavat sitä toisiltaan hyvin vastaan. Kielteisiä huomioita ei mielletä yhtä helposti arvosteluksi tai kritiikiksi kuin jos arvio tulisi työntekijältä. Ryhmässä oppii myös joustamaan ja sietämään erilaisuutta ja ymmärtämään elämän moninaisuutta. Tämä puolestaan kasvattaa väljyyttä myös omaan itseen, lapseen ja puolisoon nähden. (Törrönen 1998, 86.)

Ryhmässä voi olla myös raskasta, varsinkin silloin kun esimerkiksi yleinen levottomuus tai uupumus vallitsee tai yksi perhe on ajautunut pahaan kriisiin ja tarvitsisi yksilöllistä apua ja tukea. Koska päiväryhmä on hyvin erilainen kuin tavallinen keskusteluryhmä, työntekijät voivat mieltää itsensä sekä ryhmän jäseniksi että ryhmän vetäjiksi. Tässä rajojen vetäminen ja oman paikan ja ammattiroolin ja paikan selkiyttäminen on erityisen tärkeää ja jatkuvasti mietinnän alla. Ryhmänohjaajat toimivat ”äitinä äideille ja naisina naisille”. Ei siis pelkääntään tukena ja samaistumiskohteena vaan myös kapinan ja vastustuksen vastaanottajina. (Törrönen 1998, 87.)

Äidit ovat joskus haukkuneet ohjaajia. Joskus joku äiti on keskustelun tuoksinnassa sanonut ohjaajalle, että tämä toimii ihan kuin hänen oma äitinsä. (Ojala-Holm & Murtomäki 2006). Näihin tunteiden purkauksiin ohjaajien täytyy osata

varautua eikä ottaa niitä henkilökohtaisesti. Samaistuminen asiakkaisiin ja ”meneminen mukaan” vuorovaikutuskuvioihin on kyllä keskeistä ymmärtämisen kannalta. Mutta toisaalta se voi tuottaa vuorovaikutuskuvioiden samankaltaistumista liian pitkälle, jolloin on vaikea nähdä asiakkaan tilanne objektiivisesti. (Seikkula & Arnkil 2005, 40.) Tätä tulisi varoa, vaikka tällaisessa pitkäkestoisessa ihmissuhdetyössä se onkin erityisen vaikeaa.

Ryhmissä keskustellessa ohjaajat auttavat haasteellisissa osa-alueissa äitiä näkemään muutostarpeita ja löytämään niihin ratkaisuja. Tämä on ratkaisu-keskeinen lähestymistapa, jota päiväryhmissä käytetään. Äidiltä voidaan kysyä esimerkiksi, että mitä pitäisi tapahtua, että joku asia voisi olla toisin, tai mitä teit silloin eritavalla, kun tämä asia oli mielestäsi hyvin? Koska päiväryhmätyö on lastensuojelua, ryhmissä pyritään keskittymään löytämään lapsen kannalta hyviä ratkaisuja ja auttamaan äitiä huomaamaan lapsi omassa elämässään itsensä lisäksi. (Ojala-Holm & Murtomäki 2006.) Hyvän lastensuojelun keskustelutyön keskeinen päämäärä on edistää sellaista keskustelun kehystä, jossa vanhemmat alkavat suunnitella lapsensa elämään positiivisia asioita, asioita joiden toteutumisessa vanhemmilla itsellään on jokin osa (Makkonen 1995, 22).

Päästäkseen yhteistyöhön työntekijän on onnistuttava tekemään sellaisia tulkintoja, jotka eivät ole asiakkaalle häpeäksi. Lastensuojelun työntekijän olisi tärkeää saavuttaa tietynlainen tasa-arvo asiakkaan kanssa. Se tarkoittaa keskusteluissa monenlaisia herkkyytasoja, muun muassa kuuntelua. Tietynlainen uteliaisuus asiakkaan asioista on tärkeä keskustelun voimavara. Jos asiakas vastustaa keskustelua jostakin asiasta, työntekijän tulisi yrittää kuulla, mitä asiakas sillä kertoo. (Makkonen 1995, 37.) Päiväryhmän asiakkaalla voi olla hyvin erilainen arvomaailma kuin ohjaajalla. Hän voi pitää eri asioita tärkeinä ja hyvinä, ja tämä tulisi huomioida myös keskustelu- ja auttamistilanteissa. (Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

5.4.2 Videointi ja valokuvaus

Videointia on käytetty enemmän tai vähemmän systemaattisesti päiväryhmissä alusta alkaen. Videoinnista tehdään äidin kanssa selkeä sopimus, samoin kuin nauhojen käytöstä, katselemisesta ja säilyttämisestä. Videoinnissa äiti voi yleensä itse valita kuvattavan hetken. Videointi havainnollistaa äidille itselleen, miten hän vauvan kanssa toimii. Koska päiväryhmän äideillä on joskus omista taustoistaan johtuvia vaikeuksia keskittyä lapseensa, heidän on usein mahdoton nähdä vauvaa ja vauvan tarpeita. Videon kautta äiti voi katsella itseään ulkopuolisin silmin. (Törrönen 2005, 18.)

Video tuo asiat tarkasteltaviksi ja tunnistettaviksi. Videot eivät useinkaan esitä kaunista kuvaa vauvasta ja äidin toiminnasta vauvan kanssa. Mutta videoiden katsominen yhdessä työntekijän kanssa on kuitenkin mahdollisuus todelliseen auttamiseen. Jos vaan video kestetään katsoa ja vaikeista asioista pystytään puhumaan. Kun äidin elämää ja historiaa tuntee, voi näitä vaikeita kohtia yhdistää hänen nykyiseen elämäänsä. On tärkeää, että äidin käytöstä ei nähdä vauvaan kohdistuvana tietoisena pahantahtoisena suunnitelmana vaan selviytymiskeinona hyvin tuskallisista tilanteista mahdollisen omien lapsuuden laiminlyöntikokemusten takia. (Törrönen 2005, 18- 20.)

Video katsotaan ensin läpi ja keskustellaan sen herättämistä ajatuksista yleisesti. Videon katsomisen aikana ohjaaja havainnoi äidin reaktioita ja olemusta videon tapahtumiin. Videon loputtua äidiltä voidaan kysyä, huomasiko hän siitä jotakin erityistä ja mikä tuntui pahalle, mikä taas hyvälle. Sitten video katsotaan uudestaan ja nyt ohjaaja voi ohjeistaa sen niin, että videolta etsitään positiivisia asioita ja onnistumisia. Niitä sanotaan ääneen videon aikana samantien. Näin äidille nostetaan esiin positiivisia asioitakin, vaikka videolle kuvattu tilanne lapsen kanssa saattaa olla kovin vaikea. Äiti saattaa itsekkin huomata videolta, kuinka hurjasti hän on voinut toimia lapsen kanssa, ja vasta silloin nähdä oman toimintansa lapsen kannalta ja ymmärtää sen vaikutukset lapseen. (Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

Valokuvausta päiväryhmä Sarastuksessa on käytetty vasta vuoden verran, mutta sitä on pidetty hyvänä lisänä vauvan näkyväksi tekemiseen videoinnin kanssa. Valokuvauksen tarkoituksena on saada perheelle muistoja vauvasta

ja lapselle vauva-ajasta. Ohjaajat kokoavat valokuvat äideille ja äidit saavat kuvat ryhmän päätyttyä itselleen. Kuvista voidaan ihastella lasta sekä katsoa ja keskustella, miten äiti vauvan näkee. Valokuvista voi myös nähdä äidin ilmeitä ja eleitä kuten videoltakin. Menetelmää käytetään apuna äidin ja vauvan suhteen hoitamisessa. (Sojakka 2006; Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

5.4.3 Arjessa oppiminen

Lähtökohtana päiväryhmän työlle on arkinen yhdessä olo perheiden kanssa. Ryhmäpäivän aikana on tarkoitus elää normaalia vauvaperheen arkea. (Törrönen 1998, 32.) Arjessa oppiminen päiväryhmän käyttämänä menetelmänä tarkoittaa lapsiperheelle sopivan päivärytmin luomista. Siellä laitetaan terveellistä ruokaa, opetellaan lapsen syöttämistä ja puhtaudesta huolehtimista ja ulkoillaan. Näistä asioista huolehditaan yhdessä koko ryhmäpäivän ajan ja samalla kiinnitetään äidin huomio siihen miten hän toimii. Päiväryhmään tulevat äidit voivat usein olla hyvin uupuneita ja väsyneitä arjen pyörittämiseen ja rytmi voi olla kokonaan hukassa. (Sojakka 2006; Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

Joillekin äideille on myös tärkeää opettaa lapsen käsittelyä, lapselle puhumista ja muuta vuorovaikutusta. Jos äiti on esimerkiksi kärsinyt synnytyksen jälkeisestä masennuksesta, ovat vuorovaikutustaidot ihan hukassa tai ne eivät ole viehtineet kehittyä vauvan kanssa. Päiväryhmän ohjaajat avaavat keskustelua arjen keskellä siinä huomaamistaan pulmista ja näin siinä toiminnan keskellä äiti voi oppia käytännössä toimimaan lapsensa kanssa ja huomauttaa hänet. Yhdessä ohjaajien kanssa mietitään miten joitakin asioita voisi tehdä toisin ja myös korostetaan sitä, mikä vuorovaikutuksessa jo on hyvää. (Sojakka 2006; Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

Törrösen (1998) mukaan koko perheen on pystyttävä kokemaan itsensä hyväksytyiksi sellaisina kuin he ovat. Mutta päiväryhmän arki ei kuitenkaan vaadi sitä, että kaikki ongelmat pitäisi paljastaa heti. Ketään ei pakoteta puhumaan. Arkea ryhdytään etsimään päivä kerrallaan. Päiväryhmän päivän ja viikon rakenne luovat perheeseen tietynlaista jatkuvuutta. Kun siellä touhutaan yhdessä ja eletään arkisesti yhdessä, vähentää se monien perheiden kaaoksen tun-

tua. Päiväryhmän tuoma rytmi voi nostaa äidin ja vauvan puhumattomuudesta ja sanattomasta tyhjyydestä taas elämisen rytmiin. (Törrönen 1998, 64.)

5.4.4 Perhekuntoutusviikko

Suunnilleen ryhmän puolivälissä osana päiväryhmän toimintaa on perhekuntoutusjakso Sopukassa Östersundomissa, Sipoossa. Sen tavoitteena on koko perheen arjen ja voimavarojen tukeminen ja lapsen ja vanhemman myönteisen vuorovaikutuksen kehittäminen. Kurssilla virkistytään ja ratkotaan ongelmia yhdessä muiden perheiden kanssa. Se toteutetaan perheryhmätoimintana. Kursseja on järjestetty jo vuodesta 1991 lähtien. (Törrönen 2001a, 15.)

Kurssien henkilökunta palkataan aina kurssikohtaisesti. Vetäjinä toimivat ammattilaiset, joilla on monipuolinen alan koulutus. Lastenohjaajina toimivat sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden opiskelijat ja ammattilaiset. Perhekuntoutuskursseista vastaavat Ensi- ja turvakotien liitossa perhekuntoutussihteeri ja kehittämispäällikkö. Sitä ohjaa ja arvioi liittohallituksen asettama perhekuntoutusyksikkö. (Törrönen 2001a, 16.)

Kurssien ohjelma on tiivis ja monipuolinen. Erityisesti pyritään panostamaan ryhmäytymiseen. Vuorotellen keskustellaan ja toimitaan yhdessä. Vanhemmat ja lapset toimivat välillä eri ryhmissä ja välillä yhdessä. Joka aamu on kuitenkin kaikkien yhteinen päivän aloitus sekä illalla päivän päätös. Kursseilla on mukana 6- 8 päiväryhmässä mukana olevaa perhettä, joissa lapsia on yleensä n. 8-16. (Törrönen 2001a, 15; 2001b, 63.)

5.4.5 Verkostotyö

Verkostotyötä päiväryhmässä ovat viranomaispalaverit, joita on vähintään kolme kertaa ryhmän aikana. Tällöin kaikki perheen kanssa yhteistyötä tekevät tahot kokoontuvat yhteen keskustelemaan perheen asioista ja miettimään tulevaisuutta. Päiväryhmässä kartoitetaan lisäksi myös äidin ja perheen omaa lähiverkostoa ja sitä pyritään aktivoimaan. (Sojakka 2006.) Varsinkin ryhmän päätyttyä tämän tukiverkoston apu on todella tärkeää (Ojala-Holm & Murto-mäki 2006).

Yhteistyö eri tahojen kanssa perheen hyväksi oli alusta asti päiväryhmille keskeinen asia ja menetelmä, jota haluttiin ehdottomasti käyttää. Päiväryhmän perheillä on yleensä monia viranomaisia, joiden kanssa he asioivat. Siksi nämä tahot on tärkeää koota aika ajoin yhteen, jotta he kaikki tietävät mikä on perheen kulloinenkin tilanne. Myös päiväryhmän tarkoitus ja tavoite saatetaan näiden tahojen tietoon. Siksi verkostopalaverit ovat keskeinen osa työskentelyä jo ennen ryhmän alkua ja sen aikana. (Törrönen 1998, 31.)

6 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

6.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskohde

Tutkimustehtävänäni oli kartoittaa päiväryhmä Sarastuksessa olleiden äitien kokemuksia ryhmäjakson aikana ja sen jälkeen saamastaan ryhmän ulkopuolisesta tuesta. Lisäksi halusin kuulla äitien ideoita päiväryhmän jälkeisen tuen kehittämiseen. Tutkimuksella pyrin vastaamaan seuraaviin **tutkimuskysymyksiin:**

Millaiseksi äidit kokivat päiväryhmän aikana saamansa tuen?

Millaista tukea äidit ovat päiväryhmän jälkeen saaneet?

Millaista tukea äidit olisivat tarvinneet?

Kuinka tukea päiväryhmän päätyttyä voitaisiin kehittää?

Toukokuussa 2006 päiväryhmän ohjaajat Virpi Ojala-Holm ja Erika Murtomäki lähettivät minun kirjoittamani tekstiviestin (liite 1) kaikkiaan 11 äidille, jotka olivat päättäneet päiväryhmäjakson syksyllä 2005 tai sitä aikaisemmin. Kolme äitiä näistä vastasi myöntävästi. Lisäksi kysyin suullisesti kevään 2006 ryhmässä olleilta äideiltä halukkuutta osallistua työhön ja he kaikki kolme lupautuivat mukaan. Haastattelut suoritin lokakuussa 2006. Äidit olivat olleet ryhmässä vuosina 2004 -2006. Puolet äideistä oli ryhmässä ollessani siellä harjoittelussa. He olivat iältään 21 – 30-vuotiaita.

6.2 Kvalitatiivinen tutkimus

Tutkimukseni on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullisen tutkimuksen avulla on mahdollista kuvata todellisen elämän asioita, kuten tässä päiväryhmän jälkeiset kokemukset ovat. Kvalitatiivisen tutkimuksen kautta pystyn tutkimaan aihettani kokonaisvaltaisesti. Se pyrkii kuvaamaan oikeaa elämää ja asioita, joita ei voi määrällisesti mitata. Tutkimustuloksiksi laadullisella tutkimuksella voidaan saada vain aikaan ja paikkaa rajoittuen ehdollisia selityksiä ja sen tarkoituksena onkin lähinnä löytää ja paljastaa tosiasioita. Ei niinkään todentaa jo olemassa olevia väittämiä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 152.)

Hirsjärvi ja muut (2000) määrittelevät kvalitatiivisen tutkimuksen tyypillisiä piirteitä näin:

- tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista, aineisto kootaan todellisissa tilanteissa
- ihminen on tiedon keruun instrumentti, tutkija luottaa enemmän havaintoihin ja keskusteluihin kuin mittausvälineillä hankittavaan tietoon
- tutkijan pyrkimys ei ole testata teoriaa vaan tarkastella aineistoa monitahoisesti ja yksityiskohtaisesti
- tutkija suosii metodeja, joissa tutkittavien näkökulma ja ääni pääsevät esiin (esimerkiksi teemahaastattelu, jota esittelen myöhemmin)
- kohdejoukko on tarkoituksenmukaisesti valittu
- tutkimussuunnitelma muotoutuu olosuhteiden mukaisesti ja joustavasti
- tutkittavat tapaukset ovat ainutlaatuisia ja aineistoa tulkitaan sen mukaisesti.

Tutkimuksessani pyrin saamaan laajan kuvan äitien yksilöllisistä kokemuksista sekä siitä, mitä nämä äidit olisivat päiväryhmän jälkeen kaivanneet tuekseen. Laadullisessa tutkimuksessa suositaan metodeja, joissa tutkijan ”ääni” pääsee kuuluville. (Hirsjärvi ym. 2000, 155.) Tällainen on esimerkiksi teemahaastattelu, jonka valitsin tutkimukseni aineistonkeruumenetelmäksi.

6.3 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä

Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelumenetelmä. Se on lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto. Haastattelurunkoon valitaan teema-alueet, jotka säilyvät kaikille haastateltaville samoina. Tutkijan on mahdollista tehdä tarkentavia kysymyksiä, pyytää perusteluja sekä säädellä kysymysten järjestystä ja muotoa. Tämä vapauttaa haastattelun tutkijan näkökulmasta ja saa tutkittavien äänen kuuluviin. Tarkkaan määritelty kysymysten järjestys ja muoto olisi ominaista strukturoidulle haastattelulle. Teemahaastattelu ei kuitenkaan ole täysin vapaa niin kuin syvähaastattelu. Teemahaastattelussa ihmisten tulkinnat asioista ja asioille antamat merkitykset ovat keskeisiä ja ottaa huomioon sen, että merkitykset syntyvät vuorovaikutuksessa. Vastaukset eivät ole sidottuja tiettyyn vastausvaihtoehtoon, vaan haastateltava voi vastata omin sanoin. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47- 48, 66; Hirsjärvi ym. 2000, 195.)

Teemahaastattelun avulla voin perehtyä tutkimaani asiaan aihealueittain ja toisaalta se antaa vapauden äitien vastauksille, kun kysymyksen asettelu ei ole liian rajattu. Tämän uskon auttaneen aitojen kokemusten jakamista ja hyvien kehitysideoiden löytymistä. Teemahaastattelun kautta saan myös yksilölliset vastaukset näkyviin ja tässä tutkimuksessa erityisesti kehittämisehdotukset on helppo poimia tuloksiin.

Haastattelujen suurimpana etuna pidetään joustavuutta. Tiedonkeruuta pystytään säätelemään sen aikana tilanteen edellyttämällä tavalla. Myös vastaajiksi suunnitellut henkilöt saadaan useimmiten hyvin mukaan tutkimukseen. Siksi aineistoa on myös helppo täydentää myöhemmin, koska haastateltavat on suhteellisen helppo tavoittaa myöhemminkin. Haastattelu soveltuu käytettäväksi erityisesti silloin, kun kyseessä on tuntematon, vähänkartoitettu, arka tai vaikea aihe, tai kun halutaan syventää ja selventää vastauksia. Tutkija voi tutkittavan vastauksia paremmin kuin esimerkiksi postikyselyssä, koska hän on suorassa kontaktissa tutkittavan kanssa. Haastattelutilanteessa tutkittava nähdään aktiivisena ja merkityksiä luovana subjektina, jolla on mahdollisuus ilmaista kokemuksiaan ja näkemyksiään vapaasti tai jopa laajemmin, kuin tutkija pystyy ennakoimaan. (Hirsjärvi ym. 2000, 191 -193.)

Haastatteluun liittyy myös haasteita. Ensinnäkin se vie paljon aikaa, sekä valmistelu että itse haastattelutilanne. Haastattelusta sopiminen, haastateltavien etsiminen ja itse haastattelun toteutus eivät ole hetkessä suoritettu. Lisäksi haastattelujen litterointi on suhteellisen työlästä. Haastattelijan olisi myös hyvä kouluttautua tehtävänsä, mikä vaatii myös aikansa. Haastattelun katsotaan sisältävän virhelähteitä, joilla tarkoitetaan esimerkiksi sitä, että haastattelussa pyritään antamaan sosiaalisesti suotavia vastauksia, jolloin tulosten luotettavuus voi heiketä. On myös mahdollista, että haastateltava voi kokea itsensä tilanteessa pelokkaaksi tai jopa uhatuksi ja se voi vaikuttaa vastauksiin. Vielä yksi haaste haastattelussa ovat myös kustannukset. Materiaalikustannuksia kertyy mm. haastattelunauhoista, nauhureista, pattereista ja mahdollisista purkulaitteista. Lisäksi voi tulla postitus- ja puhelinkuluja sekä joissain tapauksissa matka- ja majoituskulujakin. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 35; Hirsjärvi ym. 2000, 193.)

Haastattelutilanteessa haastattelijan on hyvä ylläpitää haastateltavan motivaatiota haastattelun aikana. On tärkeää löytää yhteinen kieli haastateltavan kanssa. Haastattelijan tulisi olla myös avoin ja luottamusta herättävä. Hänen on hyvä esittää selkeitä ja ymmärrettäviä kysymyksiä, osattava kuunnella haastateltavaa. Haastateltavalle tulisi painottaa, että haastateltavan antamat tiedot eivät pääse ulkopuolisten käsiin. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 43, 68.) Suorittamissani haastatteluissa äitien motivaatio säilyi hyvin haastattelun ajan. Kerroin heille aluksi, kuinka haastattelu etenee ja sitten aina siirryttäessä teemasta toiseen kerroin, mitä aihetta nyt käsittelemme. Tämän uskon auttaneen motivaation säilymisessä. Kysymykset olin muotoillut selkeiksi ja selvensin vielä niitä tarvittaessa. Ennen haastattelun aloittamista äidit allekirjoittivat tutkimuslupasopimuksen (liite 2), jossa korostin vaitiolovelvollisuuttani ja luottamuksellista aineiston käsittelyä.

6.4 Haastattelujen suorittaminen ja aineistonkeruu

Ennen kun lähdin haastattelemaan lähetin haastattelurungon (liite 3) päiväryhmän ohjaajille tarkistettavaksi ja kommentoitavaksi. He olivat tyytyväisiä runkoon, eikä heillä ollut siihen juuri lisättävää. Kahta kysymystä he halusivat tarkentaa tai muotoilla uusiksi. Nämä kysymykset koskivat äitien odotuksia ryhmäjaksolta ja saatua tukea sekä arjen avuntarvetta ryhmäjakson aikana koskevaa kysymystä. He halusivat lähinnä minun selkeyttävän kysymyksen asettelua näissä kohdissa. Tein tämän mukaan tarvittavat muutokset ennen haastattelujen alkua.

Haastatteluihini osallistui kuusi äitiä. Tarkoitukseni oli haastatella kaikkia äitejä heidän kodeissaan rauhallisuuden ja keskeytyksettömän haastattelun takaamiseksi. Kuitenkin usealle äidille tuli viime hetkellä suunnitelmien muutoksia ja jouduimme siirtämään haastattelun silloin kahvilaan. Loppujen lopuksi suoritin kaksi haastattelua kodeissa ja neljä eri kahviloissa kaupungin keskustassa tai sen lähetyvillä. Suoritin haastattelut lokakuussa 2006. Kahviloissa etsimme aina haastateltavan äidin kanssa rauhallisimman nurkkauksen ja keskustelimme niin, että äiti ei istunut muihin kahvilan asiakkaisiin päin. Istuimme sellaiseen pöytään, jossa muita asiakkaita ei ollut lähellä. Tämä oli mahdollista, koska kahvilat olivat arkipäivänä päiväsaikaan rauhallisia. Valit-

simme rauhallisen pöydän siksi, että varmistaisimme äidin vapauden vastata aidosti ja rehellisesti kaikkiin esitettyihin kysymyksiin. Lisäksi jokainen kahvilassa haastateltu äiti vahvisti minulle, että ympäristö ei vaikuttanut heidän vastauksiinsa. Kahdella äidillä oli haastattelutilanteessa mukana lapsi, mutta tämä ei myöskään näiden äitien mukaan haitannut haastattelua.

Haastattelutilanteen aluksi kerroin jokaiselle äidille hieman työstäni. Sitten selvensin, että tulen nauhoittamaan haastattelun sanelukoneella ja käsittelemään haastattelut sitten nauhoilta käsin. Kerroin myös, että sitoudun ehdottomaan vaitiolovelvollisuuteen ja käsittelen äitien tietoja luottamuksella. Lisäksi selvitin, että äitien henkilöllisyys ei tule esille tutkimuksessani. Kävin hiukan läpi myös haastattelun runkoa, jotta äidit tietävät millaisia kysymyksiä tulen esittämään. Tämän jälkeen pyysin heitä allekirjoittamaan tutkimuslupasopimuksen, josta mainitsin jo edellisessä luvussa.

Nauhoitin kaikki haastattelut sanelukoneella ja pyrin litteroimaan ne pian haastattelun tehtyäni. Sanelukone aiheutti joissakin äideissä hieman jännitystä. Haastattelun alussa keskeytin nauhan hetkeksi ja kuuntelimme yhdessä äidin kanssa, että äänitys on varmasti lähtenyt onnistumaan. Eräs äiti sanoi, että hänestä oma ääni kuulosti nauhalla ”kamalalle”. Toinen kertoi nauhurin aluksi tuoneen puheeseen rajoitteita. Hänestä tuntui, että hän haluamattaankin puhui ikään kuin virallisemmin ja artikuloiden. Haastattelun edetessä tämä äiti kuitenkin rentoutui, ja uskon, että hän lopulta unohti nauhurin kokonaan.

Haastattelun teemat mietin haastatteluuni sopivaksi sen kokemuksen perusteella, joka minulle muodostui päiväryhmäharjoitteluni aikana. Seuraavaksi esittelemäni kolme teemaa tuntui minusta perustelluille ja riittäville. Halusin aluksi kysellä *kokemuksia jo ryhmäjakson ajalta*, selvittääkseni, mihin asioihin ryhmä on auttanut ja vaikuttanut äitien elämässä. Ajattelin, että se auttaisi ymmärtämään ja hahmottamaan seuraavan teeman ryhmän jälkeisiä kokemuksia antaessaan taustatietoa äitien lähtökohdista ja edeltävistä kokemuksista. Sitten keskustelimme *ryhmäjakson päättymisen aiheuttamista tunteista ja odotuksista*. Äidit kertoivat omista saamistaan tukimuodoista ryhmän päätyttyä sekä tuen tarpeistaan. Lopuksi pyysin äitejä miettimään *ideoita tuen kehittämiseen* tulevaisuutta ja kehittämistyötä ajatellen.

Haastattelut kulkivat sujuvasti ja äidit saattoivat antaa kehittämisideoita haastattelun eri vaiheissa keskustelun ohessa. Olin varannut aikaa haastatteluihin riittävästi. Haastattelut olivat kestoiltaan noin 25 - 45 minuuttia. Haastateltavat vaikuttivat motivoituneilta koko haastattelun ajan. Minusta tuntui, että heistä oli mielekästä päästä mukaan tutkimukseeni ja heillä selvästi oli herännyt ajatuksia ryhmäjakson jälkeisestä ajasta. Äidit olivat oma-aloitteisesti ilmoittautuneet vapaaehtoisiksi tutkimuksiini. Varsinkin äidit, jotka olivat päiväryhmässä ennen viime kevättä 2006, osoittivat mielestäni erityistä motivoituneisuutta siinä, että ilmoittivat halukkuutensa heille tuntemattoman ihmisen tekemään tutkimukseen. Keväällä 2006 mukana olleiden äitien kanssa olin työskennellyt sosiopintojeni valinnaisen harjoittelun ajan ja kevään lopuksi sitten tiedustelin heidän halukkuuttaan osallistua tutkimuksiin.

6.5 Tutkimustulosten analysointi

Aloitin käsittelyn litteroimalla haastattelut. Kirjoitin sanasta sanaan, mitä äidit olivat vastanneet. Litteroitua tekstiä niistä tuli 32 A4-liuskaa, rivivälillä 1 ja fonttikoolla 12. Se vei paljon aikaa ja oli haasteellisempi työ, kun osasin odottaa. Olin päättänyt tehdä aina yhden haastattelun litteroinnin kerralla loppuun. Yksi litterointikerta kesti hyvin vaihtelevan ajan haastattelujen kohdalla, koska niiden pituus vaihteli runsaasti. Toisilla äideillä oli paljon puhuttavaa, kun toiset taas olivat lyhyempisanaisia. Tietoa tuli myös sekalaisessa järjestyksessä, minkä huomasin, kun ryhdyin käymään haastatteluja läpi. Tämä vaikeutti analysointivaihetta, kun etsin kysymyksiin vastauksia äitien puheista. Onneksi yleensä muistin haastattelutilannetta sen verran, osasin etsiä oikeasta paikasta, jos joku äiti oli puhunut esimerkiksi kehittämisideoista muuallakin, kuin haastattelun lopuksi.

Teemahaastattelusta saatu aineisto voidaan käsitellä teemoittamalla. Tämä tarkoittaa sitä, että analyysivaiheessa tarkastellaan aineistosta nousevia usealla haastateltavalla toistuvia teemoja ja piirteitä. Useasti nämä teemat liittyvät haastattelurungossa olleisiin teemoihin. Näiden teemojen lisäksi esiin nousee usein myös monia muita teemoja. Tutkija tulkitsee tämän jälkeen, mitkä teemat on tärkeitä nostaa analyysissä esille. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 173.)

Käsittelin haastatteluista saamani aineiston niin, että luin litteroituja haastatteluja ja poimin erilliselle paperille kysymyksen yhteyteen jokaisen äidin vastauksen siihen. Näin pystyin hahmottamaan millaisia vastauksia oli tullut ja etsimään niistä yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia kysymys kysymykseltä. Luin vastauksia uudestaan ja aloin kirjoittaa niitä tulososuuteen tehden niistä yhteenvetoja. Kirjoitin ensin pelkät tulokset teemoittaisten otsakkeiden alle. Tämän jälkeen hain haastatteluaineistosta suoria lainauksia äitien vastauksista elävöittämään tekstiä ja osoittaakseni tuloksien oikeellisuutta ja tarkkuutta.

6.6 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys

Haastatteluaineiston luotettavuus riippuu siitä, kuinka laadukkaasti tutkimus on toteutettu. Tutkimuksen laatuun voi vaikuttaa jo aivan sen alusta asti. Yksi keino vaikuttaa tähän on tehdä hyvä haastattelurunko. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 184, 185.) Pyrin luomaan rungon vastaamaan tutkimuskysymyksiin ja käytin siinä hyödyksi kokemustani päiväryhmätoiminnasta. Lisäksi pyysin rungosta palautetta sekä päiväryhmän ohjaajilta että ohjaajiltani. Näiden perusteella muokkasin haastattelurunkoa. Näin sain rungosta mahdollisimman toimivan ja laadukkaan. Toinen keino vaikuttaa laatuun on haastattelun litterointi mahdollisimman pian sen jälkeen (Hirsjärvi & Hurme 2001, 185). Pyrin litteroimaan mahdollisimman pian ja sitä kautta pystyin kirjaamaan ylös myös muistamiani haastateltavan ilmeitä ja eleitä litteroituun tekstiin.

Tutkimukseni luotettavuutta tukee se, että pyrin käsittelemään ja analysoimaan hyvin tarkasti tutkimusaineistoa ja – tuloksia. Lisäksi käytin tallennusmenetelmänä nauhuria ja tarkkaa litterointia, jolloin sain tallennetuksi haastateltavan vastaukset kokonaan. Mitään oleellista ei jäänyt kirjaamatta, kun en käyttänyt käsin kirjoittamista haastatteluhetkellä. Lisäksi laadullisen tutkimuksen luotettavuutta lisää tarkka selostus tutkimuksen toteutuksen eri vaiheista. Tutkijan toimintaa haastatteluaineiston analyysissä pidetään luotettavuuden mittarina (Hirsjärvi & Hurme 2001, 189).

Pyysin haastateltavia allekirjoittamaan tutkimuslupasopimuksen, jonka mukaan he antavat luvan minulle käyttää haastattelusta saamaani aineistoa tut-

kimuksessani. Se myös sitouttaa minut vaitiolovelvollisuuteen ja käsittelemään aineistoa luottamuksellisesti ja niin, ettei haastateltavien henkilöllisyys tule esiin tuloksissa. Tämä tukee tutkimukseni pätevyyttä.

Tutkimukseni pätevyyttä vahvistaa se, että järjestin haastatelluille äideille tilaisuuden tarkastaa työni noin viikkoa ennen sen esitystä. Heillä oli mahdollisuus tulla Ensi- ja turvakodille lukemaan työtäni yhtenä aamupäivänä. Janesick (1994) nimittää tätä ”uskottavuuden” määrittämiseksi (Hirsjärvi & Hurme 2001, 189). Haastatelluilla äideillä oli siis mahdollisuus tutustua minun tekemiini tulointoihin heidän vastauksistaan. Lähetin tekstiviestit äideille viikkoa ennen ajankohtaa. Äideistä kukaan ei päässyt paikalle lukemaan työtä. Mietin, että olisiko tilanne ollut toinen, jos olisin lähettänyt vielä muistutusviestin tarkistustilaisuudesta lähempänä tuota ajankohtaa. Olisivatko äidit ehkä muistaneet tilaisuuden paremmin tai jättäneet sopimatta muuta tuohon ajankohtaan, jos olisin muistuttanut heitä vielä siitä? Tilaisuuden järjestäminen oli joka tapauksessa hyödyksi. Tapasin päiväryhmän ohjaajan ja hän luki työni läpi sekä antoi siitä palautetta oman näkemyksensä mukaan. Lisäksi olen myös viitannut kirjallisuuteen ja muihin tutkimuksiin tuloksia esittäessäni vahvistaakseni tutkimuksen tulosten pätevyyttä.

Tutkimukseni luotettavuutta saattaa heikentää se seikka, että neljä haastateltua on tehty kahvilaympäristössä, missä voi olla ulkopuolisia häiriötekijöitä ja vain kaksi kotiympäristössä. Kuitenkin kaikki kahvilassa haastattelemani äidit vahvistivat, ettei ympäristö häirinnyt tai vaikuttanut heidän vastauksiinsa. Kahdella äidillä oli haastattelutilanteessa lapsi mukana. Tämänkin vaikutusta selvensin näiltä äideiltä ja he vahvistivat, ettei asialla ole vaikutusta heidän keskittymiseensä haastatteluun. Myös omat havaintoni äitien vastauksista kahvilaympäristössä ja lapsen mukana olon vaikutuksista heidän keskittymiseen vahvistavat tätä äitien vakuutusta. Kolmas heikentävä tekijä saattaa olla kokemattomuuteni tutkijana ja haastattelijana. En ole aikaisemmin tehnyt ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä enkä vastaavaa työtä. Kuitenkin oppilaitoksemme tarjoaa kokeneiden opettajiemme ohjauksella työn tekemiseen sekä kattavan kirjallisen opinnäytetyön ohjeistuksen kaikille opiskelijoilleen.

7 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimuksessani halusin selvittää äitien kokemuksia myös ryhmäjakson ajalta, vaikka tutkimukseni koski ryhmäjakson jälkeistä tuen tarvetta. Tämä siksi, että ymmärtäisin paremmin äitien elämäntilannetta ja tarpeita keskustellessamme ryhmän jälkeisestä ajasta ja kehittämisideoista. Tämä auttoiikin selvästi, kun ensin kuulin äideiltä heidän tarpeistaan ryhmäjakson aikana. Kysyin aluksi myös äitien sosiaalisesta verkostosta ja perhetilanteesta, jotta osaisin sitten kysyä myös tuesta verkoston ja perheen osalta äidin elämäntilanteeseen. Lisäksi halusin selvittää äitien työllisyys/koulutustilannetta, jotta saan kuvan heidän arkeensa kuuluvista asioista.

Tutkimukseeni osallistui kuusi äitiä, jotka olivat olleet päiväryhmässä. He olivat iältään 21 -30-vuotiaita. Viidellä heistä oli aviomies tai avopuoliso, yksi oli yksinhuoltaja. Kolmella äideistä oli kaksi lasta, kahdella yksi lapsi ja yhdellä oli kolme lasta. Koulutuksena äideistä kolmella oli ammattikoulututkinto ja yhdellä yliopiston tutkinto. Kahdella ei ollut tutkintoa ollenkaan. Kolme äitiä opiskelee tällä hetkellä ja kolme äitiä oli kotona lapsen kanssa äitiyslomalla tai hoitopaalla.

Neljä äitiä koki sosiaalisen verkostonsa hyväksi. Kahdella se oli suppea tai he eivät ole saaneet sieltä tukea. Kolme äitiä kertoi, ettei heillä ole sosiaalisesta verkostosta lastenhoitoapua. Äidit olivat ryhmässä vuosina 2004 -2006. Puolet äideistä oli ryhmäjaksolla silloin, kun olin itse ryhmässä harjoittelussa. Kolme äideistä tuli päiväryhmään ensikodilla vietetyn jakson kautta. Yksi äiti tuli suoraan sosiaalitoimen kautta. Yksi äiti tuli sairaalan psykiatrisen osaston kautta ja yksi mielenterveystoimiston asiakkuuden kautta.

Olen käyttänyt tekstissä tuloksia kirjatessani suorien lainausten yhteydessä kirjain-numeroyhdistelmää osoittamaan lainattua haastateltavaa, esim. H1, H2 jne. Tämä voi auttaa lukijaa hahmottamaan kenen haastateltavan lainauksesta on kulloinkin kysymys. Lisäksi kolme pistettä peräkkäin (...) tarkoittaa taukoa äidin puheessa ja ajatusviiva sekä pisteet (..–..) poisjätettyä osuutta lainauksesta. Poisjätetyt osuudet eivät ole olleet käsiteltävän asian kannalta merkityksellisiä. Olen myös joissakin kohdissa hieman muokannut suoraa lainausta,

jotta äitien henkilöllisyys ei kävisi ilmi. Tämän olen tehnyt kuitenkin niin, ettei lainauksen asiasisältö ole muuttunut. Kaikki tulokset pohjautuvat kuitenkin täysin äitien vastauksiin ja kokemuksiin asioista.

7.1 Kokemuksia ryhmäjaksos aikana

7.1.1 Ryhmänjakson merkitys

Äidit tulivat päiväryhmään hieman eri syistä. Yksi äiti tarvitsi apua lapsen ruuanlaitossa. Kolme äitiä kaipasi yhteistä aikaa lapsen kanssa ja tekemistä kodin ulkopuolella. Äidit tarvitsivat myös tukea lapsen kanssa olemiseen ja rytmin löytymiseen. Stenbergin (2003, 51, 53) tutkimuksessa mukana olleille päiväryhmään tulleille äideille oma äitiys oli myös pinnalla oleva asia, koska he kokivat olonsa tärkeiksi äiteinä. Hänen tutkimukseensa osallistuneet äidit kaipaivat myös työntekijöiden neuvoja kasvatukseen ja käytännön arkeen. Yksi äiti (H4) odotti ryhmään pääsyä toisista äideistä saamansa vertaistuen kannalta.

No ihan siis, iha perusasioissa, ruokajutuissa ja silleen mä olin niinkun tosi arka sen lapsen kanssa niinkun mitään tekee ja ja.. sieltä sai niinku tosi hyvin apua.. (H1)

No ihan se niinku vertaistukiverkosto oli kaikista tärkein. Must oli niinku, tai se oli hirvee helpotus päästä ryhmään kun ties, et siellä on muita äitejä jotka on ehkä samassa tilanteessa. Ja tuli se kokemus, että ei oo niinku yksin, eikä tarvinnu olla koko päivää kotona lapsen kanssa yksinään, et ihan jo se et pääs sellaseen sosiaaliseen vuorovaikutukseen aikuisten kanssa oli se kaikista isoin juttu mulle. (H4)

Ryhmän aikana moni asia helpottui. Kaikki äidit kokivat, että suhde lapseen lähentyi ja helpottui ja se oli heille positiivinen asia. Kaksi äitiä (H1 ja H5) koki, että heidän äitiyden tunteensa vahvistui, kun he jaksoivat olla ryhmässä oman lapsen kanssa ja huolehtia lapsesta. Yksi äiti kertoi, että hän alkoi nähdä asioita enemmän lapsensa näkökulmasta. Kahdelle rytmin löytäminen päivään oli tärkeää. Stenbergin (2003, 55) tutkimuksessa päiväryhmän tuoma rytmi auttoi löytämään rytmiä myös kotona. Lisäksi äidit (H4 ja H5) pitivät hyvänä, että oli

tekemistä lapsen kanssa, kun he tulivat päiväryhmään. Ryhmäjakso nopeutti yhdessä mielenterveystyön kanssa myös paranemisprosessia masennuksesta. Ryhmäjakso toi yhdelle äideistä paljon hyvää, mutta hän koki toisaalta ryhmän myös sotkeneen hänen oman arjen kuvioita. Osa äideistä koki myös syyllisyyttä lapsen hoidostaan, koska masennuksen takia eivät jaksaneet keskittyä lapseen niin paljon, kuin olisivat halunneet. Tämä syyllisyyden tunne helpotti ryhmän johdosta.

No ainakin just se et mä olin ainakin sen lapsen kanssa, vietin aikaa siellä...vaikka musta aamulla tuntu, et pitäkää tää lapsi, et mä meen nukkumaan, et mut silti mä niinkun oikeesti jaksoinkin siellä, et se vahvasti ihan hirveesti sitä äitiyden tunnetta. (H5)

No ainakin mää rupesin niinku just, silleen, no aika alusta ryhmää sanoin jo, et on kauheen helppo nähä asioita sen lapsen näkökulmasta, sit se taas toi semmosta, et jakso vähän paremmin. Ja sit just se et ku pääs pois kotoa, et ku oli vähän sitä, et ku mä olin koko ajan kotona nii tuntu et mulla hajoo pää. Niin se et mä pääsen pois kotoa niinku ihmisten pariin ja niinku keskustelemaan asioista, niin se teki tosi hyvää mulle. Helpotti kauheesti mun omaa oloa. (H4)

Niin, se sotki tavallaan mun oman arjen ja mun kuvion, koska mulla ois ollu kotona niin hirveesti tekemistä niin, sit kun mun oli tavallaan pakko lähtee niinkun johonkin muuhun, niin mulla oli niinkun se et kumpi on parempi, se et mää saan täällä (kotona) kaikki asiat tehtyä vai se et mun pitää mennä sinne... (H6)

Joo se oli se rytmi ja se mun oma sellanen et mä en ollu niin niiko ahistunu ja syyllistyny kaikesta...et ku mulla oli lapsen kaa sellanen oli, et mulla ei ollu siihen kauheen hyvä kontakti, niin sit ku oli lapsen kaa päiväryhmässä niin tavallaan sai sitä suhdetta lapseen läheisemmäks. (H3)

Monelle äidille kodin ulkopuolinen tekeminen oli tärkeää. Heille kotona selviytyminen lapsiperheen arjesta oli hankalaa. Yksin oleminen oli osalle haasteellista. Yksi minun haastattelemistani äideistä kertoi, että hänen oli todella vaikeaa "käynnistyä" ollessaan yksin kotona. Hän ei jaksanut laittaa itselleen edes ruokaa. Tähän ryhmä toi muutoksen, kun yhdessä ohjaajan kanssa valmistettiin ruokaa ja yhdessä äitien kanssa suunniteltiin viikoittaiset ruokalimat. Nuutisen ja Ovaskaisen (2005) tutkimuksessa perhekuntoutusryhmissä olleiden perheiden tuen tarpeesta tukea tarvittiin, koska perheissä oli myös mie-

lenterveysongelmia ja hankala elämäntilanne tai kriisi. Äidit olivat kokeneet itsensä poikkeaviksi mielenterveysongelmien tai jaksamattomuutensa takia, mikä aiheutti eristyneisyyttä ja yksinäisyyttä. (Nuutinen & Ovaskainen 2005, 56.)

Kaikki äidit saivat ryhmästä vertaistukea, mitä he pitivät myös arvokkaana ja tärkeänä. Heidän jaksamistaan tuki se, että kohtasi toisia äitejä, joilla oli samantyyllisiä haasteita masennuksen ja väsymyksen kanssa. Äitien keskusteluhetket olivat kaikkien äitien mielestä myös merkityksellisiä. He kokivat, että puhuminen ja asioiden purkaminen tukivat jaksamista. Tieto siitä, ettei ole yksin ongelmien kanssa, vaan ryhmän muut äidit ja ohjaajat tietävät vaikeista asioista ja pulmista, oli hyvin tärkeää. Toisaalta ohjaajien tuki oli myös merkityksellistä. Ohjaajille oli mahdollista puhua vaikeistakin asioista. Ohjaajat huomioivat äitejä yksilöllisesti, mikä koettiin hyvin merkittävänä. Stenbergin (2003, 54) tutkimuksessa toisten äitien ja ohjaajien tuki koettiin myös merkittäväksi. Tauriaisinkin (1994) tutkimukseen osallistuneet vanhemmat kaipasivat tukea samanlaisessa elämäntilanteessa olevilta vanhemmilta (Määttä 1999, 72). Vertaistuen merkitystä aloin huomata ryhmässä harjoitellessani, kun äidit alkoivat keskustella enemmän myös toistensa kanssa. He hakivat myös toisistaan tukea, eivät ainoastaan ryhmän ohjaajista.

Melkein kaikkia äitejä keskusteluhetkissä käsitellyt asiat auttoivat jaksamaan ja antoivat toivoa arkeen. Keskustelujen aiheet olivat äitien mielestä hyviä ja auttoivat äitejä ymmärtämään itseään ja lapsiaan paremmin. Keskusteluissa oli mahdollisuus myös jakaa omia kokemuksia käsiteltävästä aiheesta, mikä auttoi äitejä hyväksymään itsensä ja ymmärtämään omaa taustaansa ja niiden vaikutuksia heidän äitiyteensä. Keskustelut ja asioiden ulos puhuminen auttoivat kahta äitiä heidän kokemassaan syyllisyyden tunteessa omasta lastenhoitostaan. Nuutisen ja Ovaskaisen (2005) mukaan perheen omista ongelmista puhuminen ja kokemusten jakaminen toisten kanssa voi vaikuttaa myös äitien yksinäisyyden ja eristäytyneisyyden tunteiden purkautumiseen. Muiden kokemuksista ja ratkaisuista löytyy malleja myös omaan elämään. Ryhmän kautta äidit olivat päässeet irti myös voimakkaasta riittämättömyyden tunteesta. (Nuutinen & Ovaskainen 2005, 57). Olin yllätynyt ollessani ryhmässä opiskelijana, kuinka avoimesti äidit pystyivät jakamaan elämästään ja kokemuksis-

taan. Lisäksi he pystyivät ryhmän loppupuolella jo tukemaan toisiaan keskusteluissa nousseissa vaikeissa asioissa. Tämä oli heille varmasti hyvin antoisaa.

7.1.2 Tuen tarve ryhmän lisäksi

Puolet äideistä ilmoitti kaivanneensa lisätukea ryhmä lisäksi. Yksi äiti ajatteli, että olisi voinut aloittaa parisuhdeterapian ja henkilökohtaisen terapian jo ryhmäjakson aikana, eikä vasta sen päätyttyä. Lastenhoitoapua olisi myös kaivattu iltaisin kotona. Yksi äideistä (H2) kertoi, että päiväryhmä täytti arjen ihan hyvin, mutta olisi välillä kaivannut perhetyötä kotiin tueksi. Puolet äideistä ilmoitti, etteivät tarvinneet ryhmän lisäksi muuta tukimuotoa. Kuitenkin jokaisella näistä kolmesta oli ainakin yksi olemassa oleva tuen muoto ryhmän lisäksi. Nämä äidit käyttivät *perhetyötä ja mielenterveystyötä sekä parisuhdeterapiaa*. Lisäksi päiväryhmän aikaiseksi tueksi äideille nimeän myös *päivähoidon* perheen vanhemmille lapsille, jota kolme äideistä käytti ryhmäjakson aikana. Äidit eivät tätä kuitenkaan maininneet tuen muotona. Erään äidin tarve olisi ollut ryhmäpäivän jälkeen purkaa päivän ajatukset jollekin, koska hänellä ei ollut toista aikuista kotona.

No silleen, et mä pystyn ehkä jälkeen päin silleen sanoo, et mihin se autto se ryhmäjakso, mut mä olin silloin siinä kunnossa, et mikä tahansa pelastusrengas kelpas et se vaan kuulosti kauheen hyvältä, et on joku tukijuttu jossakin, et joku paikka mihin mennä ja jotku tietää mun asiat. Niin kyllä se tavallaan siihen, niin kyllä se (ryhmäjakso) anto enemmän mulle, siis huomattavasti enemmän, kun mitä mä siinä tilanteessa osasin oottaa. (H5)

Kyllä se niinkun siinä mielessä, että sitten oli sitä järkevää puuhaa, semmosta niinkun ja...mmm. (H2)

Kyllä ilman muuta vastas joo et ja sitten tosiaan nää äitit, ketkä siellä oli niin tosi hyviä kavereita, et pietään niinkun yhteyttä tosi tiiviisti ja on niinkun nähty. (H1)

Joo, aika hyvin vastas. Just et sai sitä vertaistukee ja pääs pois kotoo. Ja sit sai semmosii aineksii siihen jaksamiseen, ku sai käsiteltyä niitä kaikkia asioita, mitkä aiheuttaa ongelmia. (H4)

Äidit pystyivät jälkeensä näkemään ryhmäjakson merkityksen sen hetkiseen elämäntilanteeseen. Jokainen heistä mainitsi, että se oli tuonut positiivista muutosta arkeen. Se oli myös vastannut äitien niihin tarpeisiin, joiden takia he olivat ryhmään tulleet. Ollessani opiskelijana päiväryhmässä oli mahtava huomata, kuinka äitien elämäntilanne tuntui toiveikkaammalle ja jaksaminen näytti lisääntyvän ryhmäjakson aikana. Tämä heijastui selvästi myös lapsiin. Pystyin näkemään äidin ja lapsen välisen suhteen muuttuneen. Lapsista tuli aktiivisempia suhteessaan äitiin ja tuntui, että äidit alkoivat ymmärtää lapsiaan ja heidän tarpeitaan paremmin. Myös Nuutisen ja Ovaskaisen (2005) tutkimuksessa ryhmäjakso vastasi hyvin sille asetettuihin tavoitteisiin. Tukea oli saatu myös sellaisiin asioihin, joita perhe ei ollut työskentelyn aluksi ollut osannut nimetä. Äitien parantunut itsetunto näkyi kykynä huolehtia itsestä ja lapsesta. Äidit kykenivät paremmin huomaamaan lapsensa tarpeet ja vastaamaan niihin. Kaikilla tutkimukseen osallistuneilla perheillä pystyttiin näkemään myös vuorovaikutuksen paranemista lapsen ja vanhemman välillä. (Nuutinen & Ovaskainen 2005, 56, 58.)

Helminen ja Iso-Heiniemi (1999) kehittivät vanhemmuuden roolikartan avuksi kartoittamaan vanhemmuuden eri osa-alueita sekä tueksi näiden arvioimiseen. Päiväryhmässä roolikartan rooleista keskustellaan äitien kanssa yhdessä ja pohditaan yhdessä vanhemmuuden eri roolien toimivuutta kunkin äidin kohdalla. Heikosti toimiviin rooleihin ja niiden osa-alueisiin panostetaan ja niitä pyritään vahvistamaan. Vanhemmuuden roolit ovat elämän opettaja, rakkauten antaja, rajojen asettaja, huoltaja ja ihmissuhdeosaaja. (Helminen ja Iso-Heiniemi 1999, 15; Ojala-Holm & Murtomäki 2006.)

Päiväryhmään tulevilla äideillä voisin ajatella olevan haasteita monien roolien kanssa yhtä aikaa. Elämä hallinta on voitu menettää totaalisen uupumuksen takia. Masentuneet äidit voivat kamppailla sen kanssa, että eivät pysty rakastamaan ja huolehtimaan itsestään kunnolla. Silloin on hyvin vaikea osoittaa rakkautta ja huolenpitoa lapselleen. Kykyyn huolehtia muista vaikuttaa hyvin selkeästi masennukseen usein liittyvä valtava väsymys (Väisänen 2001, 132). Harjoittelussani tekemieni havaintojen perusteella äidit voivat itse kaivata lohduttajia ja myötäeläjiä ohjaajista ja ovat ehkä siksi kykenemättömiä lapsensa lohdutukseen ainakin aluksi. Myös rajojen asettaminen ja ihmissuhdetaitojen

opettaminen voivat olla mielestäni haasteellisia näille äideille. Käytännössä siis päiväryhmän voisi ajatella olevan tukemassa näiden vanhemmuuden roolien vahvistamisessa, koska roolit äideissä ovat tukahtuneet arjessa selviytymisen haasteellisuuden alle. Päiväryhmässä lapset ovat pieniä ja tuolloin lapsen kehitykselle tärkeitä ovat erityisesti vanhemman huoltajan, rakkauden antajan ja ihmissuhdeosaajan roolit. Erityisesti näiden roolien vahvistuminen on tärkeää ryhmässä. (Helminen & Iso-Heiniemi 2006, 22).

Yksi äiti ehdotti, että ryhmäpäivää voitaisiin vähän pidentää. Silloin olisi enemmän aikaa keskusteluille ohjaajien kanssa ulkoilu- ja ruuanlaittolianteissa sekä lapset voisivat nukkua vähän pidemmät päiväunet. Tosin omien havaintojeni perusteella ryhmässä ollessani aamuinen ulkoilu tuntui joistakin äideistä välillä hyvinkin raskaalle. Jo lapsen ulkoiluun sopivien vaatteiden miettiminen voi viedä paljon energiaa. Siksi ryhmäpäivän ja ulkoiluajan lisääminen voisi mielestäni toisaalta rasittaa äitejä ajoittain liikaakin. Ja toisaalta uskon sen olevan rasittavampaa myös päiväryhmän ohjaajille ja verottavan heidän energiaansa esimerkiksi suunnittelutyöstä.

7.2 Tuen tarve ja tuki ryhmän jälkeen

7.2.1 Kokemukset ryhmäjakson päättymisestä

Ryhmäjakson päättymisen äidit kokivat haikeaksi. Erityisesti jäätiin ikävöimään ihmisiä ryhmässä ja vertaistukea. Kaksi äitiä mietti, että miten arki jatkuu ilman ryhmän tuomaa rytmiä. Puolet äideistä kertoi ryhmän loppumisen olevan myös helpottavaa. He toisaalta kaipasivat jo omaa arkea ja kodin rytmiä. Tosin arjen sujuminen ilman ryhmän ohjaajien tukea mietitytti. Eräs äiti odotti ryhmän jälkeen alkavia opintoja innolla. Yhdelle äidille (H5) loppuminen oli helpottavaa siksi, ettei tarvitse enää lähteä säännöllisesti liikenteeseen. Suurimmasta osasta äitejä ryhmäjakso oli ihan sopivan mittainen. Ryhmän päättymiseen sopeutumisessa äitejä helpotti myös ajatus ryhmän jatkumisesta jälkihuoltoviikoilla.

Aika haikeelle, ku siellä sai kavereita ja siellä sai niinkun vertais-tukee moneenki asiaan... et se tuntu vähän sillai niin kun orvolle. (H6)

Olihan se kun oli tottunu et siellä kolme kertaa viikossa käy niin olihan se vähän niinku et mitä mä nyt teen. (H1)

Ehkä siinä autto sit se kyllä ku ties et sit on tulossa taas tai sitten et se alko lähestyy taas sit se aika et taas voi, on ihmisiä tukena ja voi purkaa asioita. (H5)

7.2.2 Jälkihuoltoviikot

Melkein kaikki äidit pitivät kahden viikon jälkihuoltojaksoa positiivisena ja hyvänä tukimuotona päiväryhmässä olleille äideille. Heidän mielestään ajatus siitä, että ryhmä ei lopu ihan niin äkillisesti, oli jaksamista tukeva tekijä. Moni äiti koki voimia antavana sen, että näkee tuttuja äitejä ja ohjaajia uudestaan. Heistä oli tärkeää, että on mahdollisuus vielä jakaa toisten kanssa arjen sujumisesta tauon aikana. Osa äideistä ajatteli jälkihuoltoviikkojen olevan hyvä tuen muoto, koska silloin kartoitetaan mahdollinen lisätuen tarve. Jälkihuoltoviikkoa edeltävän tauon aikana äidit saavat kokeilla voimiaan kotona arjessa. Erään äidin (H3) mielestä jälkihuoltoviikot eivät kuitenkaan ole välttämättömät muusta syystä, kuin ystävien näkemisen kannalta. Toisaalta ryhmän ”lisäjakso” koettiin myös sekoittavana, kun oli juuri päässyt takaisin kiinni kotirytmiin. Jälkihuoltoviikkoa voidaan kuitenkin pitää hyvänä tuen tarpeen kartoituskeino- ja toimivana seurannan muotona päiväryhmän äideille. Äidit olivat valtaosin mielissään päästessään näkemään tuttuja ryhmäläisiä ja ohjaajia uudestaan.

On se ideana ihan hyvä ... mut emmää tiää oliks se..et ei se niinku sen ryhmän kannalta välttämätöntä ollu, mut ehkä se et johonki tuttuun ottaa yhteyttä, niin se ehkä se tärkein syy siihen et näkee uudestaan. (H3)

Kyllä se kävi mulle, ei se niinkun toisaalta huono ollu, mut sit kun taas pääs siihen kotirytmiin ja arkeen kiinni, ja sai kaikki asiat...tavallaan sai niinkun siellä rullaamaan niin sit ne taas sotkeentu, ku piti taas lähtee, niinkun tuli sellanen pakollinen, et mun on pakko taas lähtee. Mut sitten kun, että taas pääsi ryhmään asti, niin sit oli taas positiivinen, et oli kuitenkin taas ihan hyvä tulla. Et tuli ihan mielellään kuitenkin. (H6)

7.2.3 Tuki päiväryhmästä

Kysyin äideiltä myös päiväryhmän ohjaajien yhteydenpidosta äiteihin ryhmäjaksoson päätyttyä. Ohjaajat olivat olleet puhelinyhteydessä osaan äideistä käytännön asioiden hoidossa, mutta suurimpaan osaan yhteydenottoja ei ollut ollenkaan. Useat äideistä ajattelivat kuitenkin, että olisivat voineet tarpeen tullen itse soittaa ohjaajille. Yksi äiti (H3) mietti, että ohjaajat olisivat voineet olla yhteydessä, koska heihin oli syntynyt jo läheinen suhde. Yksi äiti sai kesällä apua käytännön asioissa, joista oli sovittu jo ryhmäjaksolla. Eräs äideistä oli itse ollut puhelinyhteydessä ohjaajiin. Jotkut muistivat järjestetyn tapaamisen ryhmän kanssa noin puolen vuoden päästä ryhmän päättymisestä yhteydenotona.

Ei siinä kyllä, et se loppu niinko aika seinään, et sitä mä oon niinku joskus miettiny et siis silleen...niiku tietyllä tapaa ne ohjaajat tuli tosi läheiseks. Ne tietää sun synkimmät salaisuutes ja asias (nauraa)...Ja sit yhtäkkii niinko sä et enää nääkkään niitä eikä niinku kuule niistä mitään. Silleen et se on vähän silleen, et ei niihin nyt voi jäähä roikkumaan, et ne ei oo mitään ystäviä, ku ne on ammattilaisia, jotka on auttanu vaikean asian yli, siis silleen ni...Loppu se silleen aika seinään...Et jonkinlainen jatkumo siinä vois olla. (H3)

7.2.4 Tuki muualta ryhmäjaksoson jälkeen

Ryhmän päätyttyä osalla äideistä jatkui ryhmän aikaiset tai sitä edeltäneet tuen muodot kuten perhetyö, mielenterveystoimiston työntekijän käynnit ja lasten päivähoito. Yksi äiti koki jääneensä tyhjän päälle. Hän olisi halunnut jatkaa lapsen hoitamista kotona, mutta jaksamista siihen ei vielä olisi ollut riittävästi. Vähän myöhemmin hänellä sai tuekseen ensin perhetyön opiskelijan ja sitten perhetyöntekijän. Puolet äideistä vei lapsensa päivähoitoon. Eräällä äideistä (H3) jatkui tiivis yhteys sosiaalitoimen kanssa ryhmäjaksoson jälkeenkin, minkä äiti koki hyvänä tukena.

Kyl ainakin tuo mejän alueen sosiaalityöntekijä sen jälkeenkin pitää säännöllisesti yhteyttä..(H3)

Et sittenhän se oli ihan hirveetä, kun mää olin kauheen väsyny ja semmonen ja en kumminkaan niin pientä halunnu tarhaan laittaa. Sit mulle ehotettiin, että haluunko mää ottaa opiskelijan, perhetyöhön, ja mää sitten otin ja se kävi meillä ja se oli ihan kiva. Kyl lähän se sitten hiljaksen sitten jossain vaiheessa uuestaan alko se perhetyökin.. (H2)

Sosiaalisen verkoston tuki ryhmän päätyttyä vaihteli. Osalla äideistä ystävien ja sukulaisten tuki toimi hyvin. Kahdella äidillä ei heidän kertomansa mukaan ollut tukea arkeen ja lastenhoitoon sosiaalisesta verkostosta ryhmän päätyttyä. Niillä, joilla tuki läheisiltä oli heikkoa, tai läheisiä ei ollut, ehdotettiin sosiaalitoimen tai päiväryhmän puolesta muita tuen muotoja. Sosiaalitoimi ehdotti yhdelle äideistä lomaa tämän puolison kanssa, jolloin lapset olisivat päässeet siksi aikaa tukiperheeseen. Tämän äiti koki kuitenkin liian ”rankaksi” tukikeinoksi perheelleen. Puolet äideistä koki saaneensa tarpeeksi tukea heidän tai puolisonsa vanhemmilta ja sukulaisilta. Osalla ystävien tuki lisääntyi ryhmäjakson jälkeen ja tukea saatiin myös naapureista ja työkavereista. Yksi äideistä (H5) kertoi neuvolakäyntien olleen hänelle iso tuki ryhmän päätyttyä läheisten ja ystävien lisäksi. Päiväryhmässä sosiaalista verkostoa pyritään aktivoimaan, jotta mahdollisimman monella äidillä verkosto voisi toimia tukena ryhmäjakson jälkeenkin (Sojakka 2006). Sosiaalinen verkosto voi käsitykseni mukaan toisaalta olla myös ongelmia aiheuttava tekijä. Suhteet voivat olla tulettuneita joidenkin läheisten kesken. Tällaiset seikat tulisi kartoittaa ja huomioida verkostoa aktivoitaessa.

Kyl meillä nyt silleen jossain vaiheessa oli, et sosiaalitoimi ehdotti, et me oltais päästy miehen kaa kahestaan jonnekin, et ne (lapset) ois menny jonnekin sijaisperheeseen viikonlopuks..mun mielestä se olis taas liian rankka, et jotkut ne keinot joita sosiaalitoimel on niiku liian rankkoja tavalliseen masennukseen. (H3)

Meillä on kyllä hirveen hyvä sosiaalinen verkosto... Et jos vaan niinkun jaksaa ja haluaa niin on ihan tosi laaja.. –. Nyt mää yhtäkkiä tajusin, ja niistä (neuvolakäynneistä) oli muuten kato apua, ne oli kohtuullisen tiuhaan ja se tietää mejän asiat niinkun hyvin tarkkaan, ja se on niinkun pahimmissa tilanteissa niin siis jeesannu.. (H5)

Mulla on kaks tuttua naapuria, toinen on meillä melkein joka päivä auttamassa näissä hommissa (tilan töissä).. –.. mut sit mä oon saanu toisaalta tukiverkkoo näistä mun uusista pitäiskö sanoo asiakkaistani, eli näistä työkumppaneistani. (H6)

Pyysin äitejä myös kertomaan, että oliko heillä resursseja olla itse aktiivinen avun ja tuen hakemisessa. Suurimmalla osalla äideistä apua ehdotettiin automaattisesti päiväryhmän tai sosiaalitoimen puolesta. Apua tuli siis perheen ulkopuoliselta taholta. Osa äideistä (esimerkiksi H5) kuitenkin ilmoitti myös hakeutuneensa itse ystävien ja sukulaisten luo. Yksi äiti koki, että hänellä oli avun tarvetta, mutta ei tiennyt tahoja, joista apua olisi voinut hakea.

En määh mihinkään niinkun viralliseen tahoön ottanu sillon (kesälä) yhteyttä et...se vaan niinkun päivä kerrallaan meni. Ja purin pahan sinne sit, et määh muistan et oli muutama ystävä et määh muistan et pidin yhteyttä. (H5)

Pajasen (2004, 66) tutkimuksessa perheiden vertaistuen tarve sekä ystävien ja sukulaisten merkitys tukena nousi selvästi esille. On siis erittäin tärkeää, että äidit perheineen eivät jää yksin ryhmäjakson päätyttyä. Ruusunen ja Syrjä (2004) tutkivat lapsiperheiden avuntarpeita ja Mannerheimin Lastensuojeluliiton Perhetalo-hanketta Kuokkalassa. Heidän tutkimuksessaan vanhemmat nimesivät suurimmiksi tuen tarpeikseen oman ajan, lastenhoitoavun, taloudellisen tuen sekä vertaisryhmän tuen. Merkittävimpiä tuen tahoja perheille olivat sukulaiset ja ystävät sekä julkiset palvelut. (Ruusunen & Syrjä 2004, 80). Haastattelemieni äitien tuentarpeet olivat hyvin samansuuntaisia ja samalla linjalla Pajasen sekä Ruusunen ja Syrjän tutkimustulosten kanssa.

7.3 Kehittämisideat päiväryhmän jälkeiseen tukeen

Äideillä oli runsaasti ideoita päiväryhmän jälkeisen tuen kehittämiseen. Ehdotuksia ja ajatuksia tuli myös keskustelun lomassa haastattelun alkupuolellakin. Äidit olivat selvästi miettineet asiaa silloin ryhmän loputtua, koska ideat olivat mielestäni selkeitä ja toteuttamiskelpoisia. Olen koonnut äitien tuen tarpeet ja kehittämisideat yhteen (KUVIO 2) tämän luvun loppuun.

Puolet äideistä toivoi *yhteyttä päiväryhmän ohjaajiin* myös ryhmän päätyttyä. Tämän he perustelivat sillä, että ryhmänohjaajiin ehtii muodostua hyvin läheinen suhde ja he tietävät kipeitäkin asioita äideistä. Osa oli kokenut, että tämä yhteys ”loppui kuin seinään” ryhmän loputtua. He ehdottivat, että ohjaajat voisivat soittaa ryhmäläisille ja kysellä kuulumisia harvennetusti ryhmän päätyttyä, ettei tuki loppuisi aivan yhtäkkiä. Yksi äiti (H5) ehdotti, että ohjaajat tekisivät kotikäynnin myös vähän ryhmän päättymisen jälkeenkin kartoittaakseen äidin ja perheen arjessa pärjäämistä. Eräs äiti (H3) painotti kuitenkin yksilön ohjautuvuutta yhteyden oloissa. Aloitteen voisi tehdä myös ryhmässä ollut äiti. Ohjaajien yhteydenpitoa äiteihin voisin ajatella jollakin tavalla lisättäväksi osaksi ohjaajien työtä ja äitien tuen tarpeiden seurantaa. Yhteydenpitoa ehdotettiin jatkettavaksi esimerkiksi vuoden verran ryhmän jälkeen. Tämä kuitenkin omien havaintojeni perusteella tarkoittaisi jonkun työn muun osa-alueen supistamista, koska ohjaajien työ jo nykyisellään on hyvin kuormittavaa.

No vois ehkä jollain tavalla ohjaajatkin, et jos mieltii vaik vuoski päiväryhmän jälkeen, et vois tulla jotain kontaktii niinku myöhemminkin siis silleen...et voihan sinne niinku soittaa, et ei siinä silllee. Mut et monestiku ollaan soiteltu tyttöjen kaa, jotka oli siinä sillon, et ois kiva nähä niitä (ohjaajia) ja kysyy asioista niitten mielipiteitä silleen ihan porukallakin..et voi nekin olla jotenkin siin jatkossa mukana. Mun mielestä se vois olla paljon sitä yksilön ohjautuvuuttakin sen jälkeen, pitää siin itekki osata tehdä sitä työtä ittesä eteen ja silleen. (H3)

Toisaalta toivosin, että ois niinkun jälkikäteen jotain et ajoittain soittais, et hei mitä kuuluu, niin se palauttaa niitä juttuja mieleen mitä oli siellä (ryhmässä), ja niinkun sellasia positiivisiakin juttuja monelta kannalta. (H6)

Et jos ne vaikka ne ohjaajat pystyis kerran käväsee kattomassa, et miten se arki sujuu. (H5)

Melkein kaikki äidit toivoivat jotakin *ryhmätoimintaa* tueksi päiväryhmän jälkeen. Osa äideistä (H2, H6) ehdotti päiväryhmän tyyppistä jatkoryhmää tai tukiryhmää. Ehdotettiin myös, että perustettaisiin perhekahvilatyyppinen koontumispaikka, joka toimisi kuitenkin selkeästi masentuneiden tukiteeman alla. Tämä olisi tärkeää siksi, että siellä voitaisiin avoimesti keskustella ma-

sennukseen liittyvistä vaikeuksista ja elämän haasteista. Ryhmä olisi avoimempi vertaisryhmä, joka ei vaatisi samanlaista sitoutumista kuin päiväryhmä. Se vaatisi äideiltä itseohjautuvuutta ja oma-aloitteisuutta. Tällainen ryhmä vaatisi äitien mukaan asiaan perehtyneet ohjaajat, jotka tarkoituksella pitävät teemaa yllä. Muuten keskustelut voisivat jäädä pinnallisiksi ja ryhmän tarkoitus toteutumatta. Äidit uskaltaisivat puhua asioista, jos ryhmä olisi selkeästi suunnattu masentuneille ja uupuneille äideille ja heidän perheilleen. Päiväryhmätyyppinen sitouttava ryhmä olisi voimakkaammin masentuneille

Eräs äiti kaipasi yhteistä harrastusta lapsensa kanssa. Hänen vapaa-aikansa sijoittuu iltoihin ja viikonloppuihin ja hän toivoikin näihin aikoihin sijoittuvia äitilapsiryhmiä. Ryhmätoiminta voisi olla äitien mukaan myös Ensi- ja turvakodin Baby Blues-työn kaltainen, joka kokoontuisi vain kerran viikossa. Se helpottaisi pehmeää laskua arkeen intensiivisen ryhmäjakson päätyttyä. Päiväryhmän ja Baby Bluesin työntekijät voisivat käydä tällaisessa ryhmässä luennoimassa tai ohjaamassa toimintaa silloin tällöin.

Yksi äiti mainitsi Äidit irti synnytysmasennuksesta -yhdistyksen järjestämät ryhmät tuen muotona. Hänen mielestään ryhmiä on aivan liian vähän suhteessa niitä tarvitseviin äiteihin. Jyväskylässä näitä ryhmiä ei kokoonnu tällä hetkellä yhtään, lähin ryhmä on Tampereella (Äimä ry 2004). Hänen mielestään voitaisiin perustaa ryhmiä sellaisille äideille, jotka eivät välttämättä tarvitse päiväryhmän kaltaista intensiivistä tukea, mutta tarvitsisivat uupumukseen tai elämän haasteisiin vertaistukea samassa tilanteessa olevilta äideiltä. Tällöin olisi mahdollista tarkentaa äitien valintaa päiväryhmään, jolloin sinne valittaisiin vain intensiivistä tukea tarvitsevat ja muita voitaisiin ohjata näihin avoimempiin ryhmiin. Lisäksi ryhmän omaehtoisuus ja sitouttamattomuus voisi hänen mielestään tukea äitejä motivoitumaan itsensä hoitamiseen. Masennuksesta toipuminen voi viedä jopa vuoden, jolloin päiväryhmän neljän kuukauden jakson päätyttyä olisi hyvä olla jokin tukimuoto, joka edesauttaa paranemisprosessin jatkumista (Väisänen 2001, 130).

Nii, jos se ois se avoin ryhmä, niin vois olla perhekahvila tyylinen, mutta tavallaan sen alla et siellä puhutaan vaikka äidin väsymyksestä tai tälle, koska se helposti menee muuhun. Tai jos ei siellä oo sitä teemaa niin sit asiasta ei aleta puhua, ku siit on niin vaikee niinku alottaa sitä puhumista...Mut et ois tollanen et niitä helpottaa, et ne näkee jonkun toisen naaman, joka on yhtä ahistunu, niin vois semmonen perhekahvilan tyyppinen olla...mut mun mielestä se kuitenkin vaatii sellasen ohjaajan joka kuitenkin tietää asiasta jotain et ei se jos siellä kaikki masentuneet keskenään huokailee, että huh huh, kyl on kamalaa...niin ei sekään...Mut vaan sellaset, jotka on vähän ahistuneet ja masentuneet..niin sellasii sellanen perhekahvila tukee..et niit pitäis sit olla eri tasoisia, et päiväryhmä tavallaan on sieltä rankimmast päästä kuitenkin etä...siitä puuttuu ne lievät muodot, niinku ja loput jää ulkopuolelle, jotka ei pääse päiväryhmään..(H3)

Vois olla joku, niinkun käytettävissä oleva, niinkun semmonen varajuttu, mihin voi niinkun mennä tai tukiryhmä tai jotain, ettei jäis tavallaan niinkun ihan tyhjän päälle. (H6)

Osa äideistä halusi tavata harvennetusti saman ryhmän äitien kanssa, jossa olivat ryhmäjakson olleet. He olivat jääneet kaipaamaan sitä yhteyttä ja vertaistukea, jota olivat ryhmän aikana kokeneet. Yksi äiti (H4) ehdotti, että äidit menisivät yhdessä kahville tai että äidit voisivat tavata päiväryhmän tiloissa. Tapaamisten ei tarvitsisi enää olla ohjaavia, vaan ne voisivat olla tavallaan ”ystävien” tapaamisia. Tämä äiti kaipaasi myös iltaisin kokoontuvaa äiti-lapsiryhmää oman äitiytensä tueksi opintojen ohella. Yksi äiti ehdotti, että ryhmä jatkuisi ohjattuna harvennetusti noin puolen vuoden ajan tai, että äiti voisi tavata ohjaajia harvennetusti pehmeänä laskuna. Tapaamiset olisivat silloin ohjattuja ja niiden tarkoitus olisi tukea selviytymistä arjessa sekä kartoittaa erilaisten tukimuotojen lisätarvetta. Eräs äiti (H4) ehdotti lisäksi ryhmäjakson pidentämistä vuoden mittaiseksi, mutta piti hyvänä myös nykyistä mahdollisuutta jatkaa toiselle ryhmäjaksolle päiväryhmässä. Törrönen (1998) pohti ryhmäjakson muotoa ja totesi, että useat äidit tarvitsisivat pitkäkestoisempaa tukea. Hän toi esiin intervallihoidon, missä äidit ja perhe olisivat päiväryhmän asiakkaana lyhempiä jaksoja pidemmällä aikavälillä kuin nyt. (Törrönen 1998, 91.)

Semmonen (ryhmä), mikä ois ehkä tarkoitettu enemmän niinku työssä käyville ja opiskeleville äideille, niinku vastaava ku sitten nää isäryhmät, et vielä ei ainakaan oo.. – ..Ja yks olis sit just semmonen, et jos ne ryhmän äitit haluaa niin et sen ryhmän loppumisen jälkeen tavata, niin pystyis tapaamaan siellä vanhoissa tutuissa tiloissa. Sit et jos ei halua tavata niin ei tietenkään, mut et jos halua ni sit. Mut sit et sen ryhmän idea ei ois olla enää mitenkään tukeva tai ohjaava ryhmä, vaan et se ois sellasta tapaamista. (H4)

Et jos pystyis tekee jonkun pehmeen laskun siinä päiväryhmän lopettamisessa, et mä luulen et sekin...et jos pystys vaikka tapaamaan edes kerran kuussa tai niinku siinä lopettamisvaiheessa...et näkis niinkun samoja ihmisiä edes jotenkin harvennetusti. Mä tiedän et se ei käytännössä oo varmaan mahdollista, mutta sellasena ideaalina, esimerkiks jälkihuoltoviikon jälkeen näkis vaikka kahen viikon päästä, sit kahen viikon päästä, sit vaikka kuukauden päästä. Ja sit vaikka puoli vuotta sen jälkeen ois silleen et kuukauden päästä ois aina tapaaminen, näkis ne samat ihmiset ja sit vois tavallaan kokeilla aina siipiään ja kokeilla sitä systeemiä et miten se toimii. (H5)

Kaksi äitiä toivoi keskusteluapua. Toinen heistä (H1) ehdotti, että Ensi- ja turvakodilla olisi mahdollisuus käydä keskusteluja työntekijän kanssa. Hän nimesi esimerkkinä Baby Bluesin työntekijän. Tämän äidin mukaan tällainen mahdollisuus oli tärkeä varsinkin äideille, jotka ovat yksin kotona lapsen kanssa. Toinen äiti (H5) näkisi mielellään päiväryhmän ohjaajien kanssa ryhmän päätyttyä keskustelun merkeissä. Keskusteluista nämä äidit kaipasivat neuvoja arkeen ja lapsenhoitoon. Katson, että äidit voisivat saada keskusteluapua mielenterveystoimisto. Tästä mahdollisuudesta voitaisiin kertoa äideille päiväryhmässä. Mielenterveystoimistosta ei tosin saa tukea niinkään lasten hoitoon ja arkeen suoraan, mutta sieltä äiti voi käsitykseni mukaan saada apua omaan jaksamiseen.

No kyllä mun mielestä ainakin, et jos ei muuta, niin siellä (enssi- ja turvakodilla) sit käydä keskustelea jonkun kanssa.. –..Et kyllä mä niinku, ainakin mulla itellä on et saa puhua jonkun kanssa, joku niinkun vähän sit opastaa et mihin suuntaan lähet ja mitä teet? Ja ainakin, kun ite niinkun oon yksinhuoltaja. (H1)

Tai sitten just sekin tuli mieleen, että mun tapauksessa, että pysyis niitten työntekijöitten kanssa, tai toisen työntekijän kanssa jotenkin niin jatkamaan siis sellasta, niin kun jos ei ryhmänä pystyis käymään niin käymään vaikka niinkun juttelemassa tunnin verran niinkun silloin tällön. (H5)

Äidit toivoivat myös *apua kotiin*. Yli puolet heistä ehdotti perhetyötä tueksi päiväryhmän jälkeiseen aikaan. Kotiin kaivattiin lastenhoitoapua sekä tukea kotiin. Kaksi äitiä kertoi olleensa yhteydessä oppilaitoksiin, joista lähihoitaja- ja sosionomiopiskelijat voisivat tehdä perhetyön ja lastenhoidon työharjoitteluja heille. Tämä oli ollut isona apuna, jos perhe ei ollut päässyt perhetyön piiriin. Yksi äideistä (H1) toivoi opastavaa henkilöä ja keskustelukumppania kotiin antamaan neuvoja arkeen lapsen kanssa. Ehdotettiin myös, että jos perhetyöntekijän sijaan tulisi joku sellainen ihminen kotiin, joka on erikoistunut varhaiseen vuorovaikutukseen. Tällöin tuki olisi eritellympää ja varhaista vuorovaikutusta voisi tukea vielä ryhmän jälkeenkin harvennetusti ja seurata sen kehittymistä. Toisaalta joillekin äideille oli myös tärkeää päästä pois kotoa. Päiväryhmä oli ollut apuna motivoimassa liikkeelle ulos kotoa, jonka he olivat kokeneet positiivisena asiana. Erityisesti uupuneilla äideillä voisi äitien mukaan olla myös jonkinlaisia tukihenkilöitä, jotka tulisivat kotiin ja erään äidin ehdotuksen mukaan toimisi ikään kuin äidin ”ulkoiluttajana”. Tällainen henkilö auttaisi ja motivoisi äitiä lähtemään ulos liikkeelle lapsen kanssa ja esimerkiksi lenkille tai äidin omaan harrastukseen. Tämä oli mielestäni erityisen hyvä idea tuen muodoksi juuri tälle asiakasryhmälle. Liikkeelle lähteminen voi olla hyvin raskasta, varsinkin jos perheessä on useampia lapsia. Kotiin tehtävä työ koettiin hyväksi, koska useimmiten uupuneen äidin avun tarve on siellä kotona arjen rutiineissa ja kotitöissä.

Sitten mää mietin sellastakin, kun mulla oli nyt tossa toinen opiskelija niin tota sen kanssa meillä oli sellasta, että me käytiin yhdessä niinku perhepuistossa ja kattomassa ja tutustumassa. Et jotain semmostakin vois olla et... ja miettiä ainakin just semmosissa tapauksissa, jos tuntuu et on vaikee mennä niin, että ois joku joka tietyn määräjän tulis hakemaan, että nyt mennään..(H2)

Niin ja moni on silleen et helposti sitä jää sinne kotia..et joku tulis vähän potkii et lähepäs siitä..(H1)

Yksi äiti (H5) toivoi, että olisi päiväryhmän päätyttyäkin jonkun tahon *asiakaspiirissä*. Hänelle olisi tärkeää, että olisi jokin auttava taho, jolle voisi soittaa vaikealla hetkellä ja kriisin yllättäessä Kriisikeskus Mobilen sijaan. Sosiaalityöntekijään olisi taas aika vaikea luoda sellainen suhde, että voisi soittaa huolien ilmaantuessa. Useimmiten heillä on paljon asiakkaita eikä siten mahdollisuutta toimia yhden asiakkaan läheisenä tukihenkilönä. Äidillä itsellään oli erittäin hyvä kokemus neuvolan työntekijän kanssa. Tämä oli antanut äidille luvan soittaa milloin vain tarve syntyy. Tällaista vastaavaa tukea hän toivoi myös muille päiväryhmän käyneille äideille. Yksi äiti kertoi, että hänet oli pyydetty mukaan toiselle *perhekuntoutusjaksolle* Sopukkaan myöhemmin ryhmäajan jälkeen, ja se oli ollut hänelle todella positiivinen tuki siinä hetkessä. Silloin tilanne oli ollut se, että Sopukkajaksolle oli jäänyt paikkoja vapaaksi. Toinen jakso oli hänelle todella antoisa ja sen hetkiseen elämäntilanteeseen se toi energiaa ja voimia. Hänestä se oli aivan kuin loma itselle ja lapselle. Sopukkajakso oli tehnyt erityisen hyvää myös erään äidin ja hänen miehensä parisuhteelle. Siellä koko perhettä voidaan tukea yhdessä jaksamaan, kun miehet ja perheen muut lapset pääsevät mukaan. Isät on kuitenkin jätetty tarkoituksella pois päiväryhmän arjesta, koska ajateltiin, että ohjaajilla ei ole aikaa keskittyä lapsen ja vanhemman välisen suhteen lisäksi myös vanhempien keskinäiseen suhteeseen (Törrönen, 1998, 33).

Ja sit sekin et mun tapauksessa, et ois niinkun tavallaan jonkun asiakaspiirissä, et ois niinkun lupa, et jos tulee joku tilanne niin ottaa yhteyttä sinne et ..—.. tai että ois joku taho mille pystyis soittamaan, ettei oo niinkun se että Mobileen, että kun tulee se ahistus.. (H5)

Nii määhän pääsin toiselle sopukkareissulle, ne kutsu et jos haluan lähteä...meillä meni se ensimmäinen sopukkareissu, että ei siitä mitään tullu, se meni ihan kyllä melekein itkiessä ..—.. et nyt sit oltiin sillon niin oli kyllä niin hieno reissu, mää sanoin et tää oli niinkun ois ollu lomalla..(H1)

Osa äideistä toivoi *neuvolaan enemmän tietoja* päiväryhmästä ja yleensä perheiden ja äitien tukimahdollisuuksista sekä *enemmän puhetta ja tietoa masennuksesta*. Äitien kokemuksiin mukaan heidän masennusta ei ollut heti uskottu tai ymmärretty. Lisää tietoa kaivattiin erityisesti masentuneiden äitien tu-

kimahdollisuuksista. Moni haastattelemistani äideistä toivoi, että heidän masennuksensa ja uupumuksena olisi otettu nopeammin ja rohkeammin huomioon. He olisivat toivoneet, että heidät olisi ohjattu nopeammin uupuneille tarjotun tuen piiriin. Nämä äidit kuitenkin mainitsivat ymmärtävänsä hyvin neuvoloiden resurssipulan ja kiireen, minkä takia tarkemmat huomiot äidin todellisesta voinnista voivat jäädä tekemättä.

Neurolassa vois niinkun ehkä vähän enempi olla infoa äiteille, et ei siellä niinkun, siellä ei hirveen paljon kuule, et jos sää sanot, et sää oot väsyny, niin joo...no sun pitää nukkua..et ei se ihan niin oo, et pitäis niinkun miettiä vähän laajemmin...kyllä mää ymmärrän ettei niillä oo aikaa, mutta antasivat jonkun esitteen, missä ois niinkun tietoo, et mitä ois niinkun mahdollista päästä johonkin ja näkee muita äitejä ja..(H1)

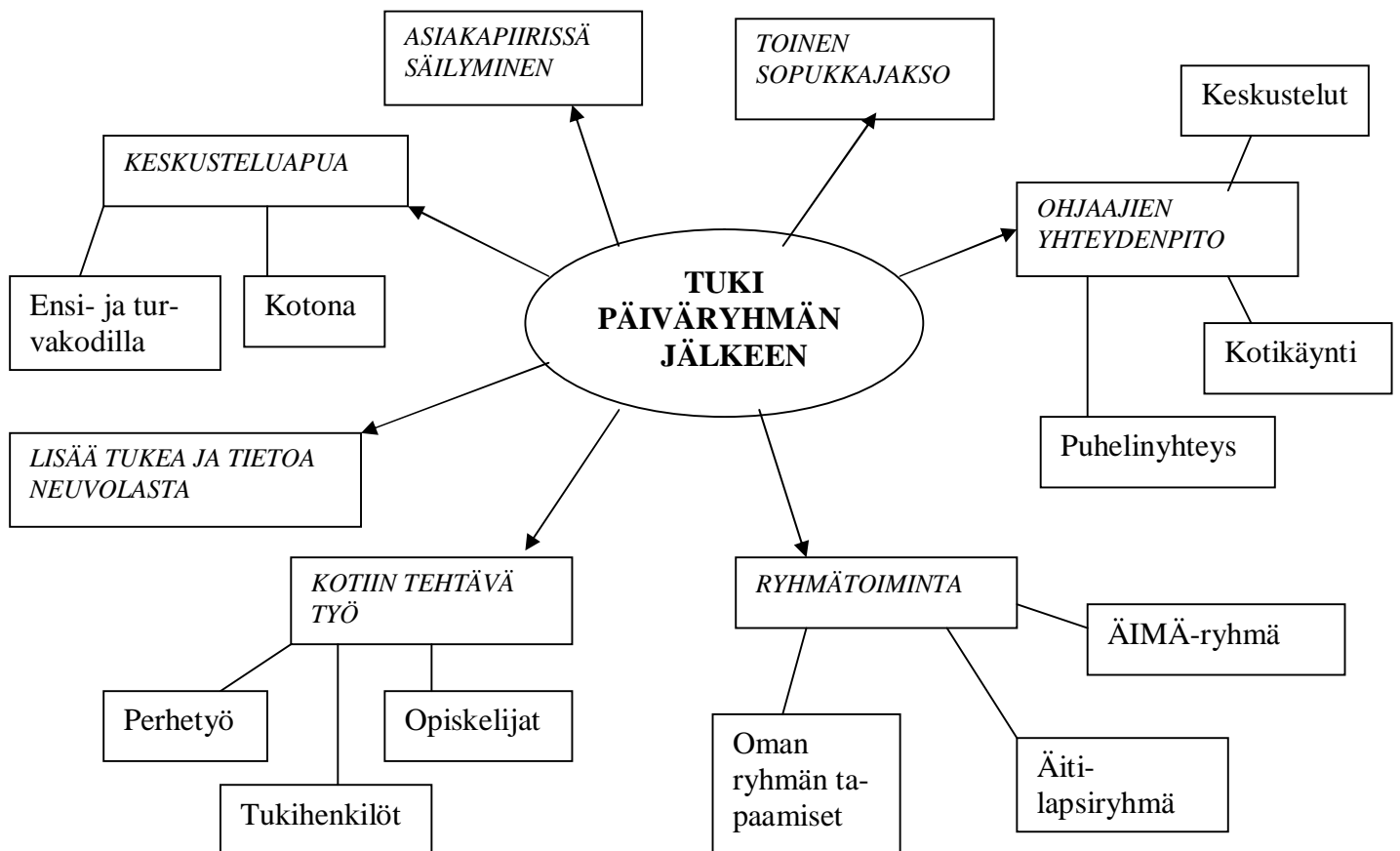
Niin, jotenkin neurolassa..et kyl sen nyt ymmärtää et on resurssipulat ja muut.. – ..mut sen on kuitenkin ite tajunnu et masennuksella on hirvee vaikutus lapsiin ja siit jää kauhee syyllisyys vielä pitkään sen jälkeen.. –..sitä ei niiku moni tajuu miten iso prosessi ja syyllisyys siit tulee, et kyl siihen tarvii sitä tietoo ja tukee silleen paljon enemmän. (H3)

Yksi äiti (H6) toivoisi *taloudellista tukea järjestöjen lastenhoitopalvelujen käyttämiseen*. Hän olisi kesäaikaan toivonut voivansa käyttää lastenhoitoapua Mannerheimin Lastensuojeluliitolta, mutta hänellä ei taloudellisista syistä ollut siihen mahdollisuutta. Kaksi äitiä mainitsi myös *mielenterveystoimiston tuen* mielenterveyden asioissa, josta heille itselle oli ollut apua sekä ryhmän aikana että ryhmänjakson jälkeen.

Ois sitä periaatteessa ollu tarvetta, mut kun ei oo sellasia tahoja, mitkä auttas. Niinkun sillä tavalla siihen mitä mä tarvisin. Sillon kun mää tarvisin sitä apua lasten kanssa niin ei oo kun MLL:llä, ja sit se maksais, ja sit ei oo taas sitä. Se kankeaa niinkun siinä päässä. Että niinkun mun avun tarve alkaa sillon kun virallinen työaika päättyy. (H6)

Juttelimme haastattelemieni äitien kanssa myös tahoista, joiden heidän mielestään kuuluisi järjestää tukea päiväryhmän käyneille äideille. Päiväryhmän ohjaajat kartoittavat ryhmän päätyttyä äitien tuen tarpeita ja ohjaavat loppupa-

laverissa tuen piiriin. Näissä palavereissa myös perheen sosiaalityöntekijä on mukana. (Ojala-Holm & Murtomäki 2006.) Äidit ajattelivat, että päiväryhmään ohjannut taho jatkaisi myös jatkotuen miettimisessä. Useimmiten äidit tulevat sosiaalitoimen lähettämänä ja silloin luonnollisesti sama taho jatkaa myös ryhmän päätyttyä. Neuvolan ajateltiin myös olevan hyvä auttava taho ryhmän päätyttyäkin. Siksi neuvoloiden tulisi olla hyvin tietoisia kaikista tuen mahdollisuuksista alueellaan. Äidit toivoivat, että heitä lähestyttäisiin tuen kartoituksessa ja tarjoamisessa puhelimitse ja kotikäynneillä.



Kuvio 2. Yhteenvedo äitien tuentarpeita ja kehittämideoita päiväryhmän jälkeiseen tukeen.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tutkimukseni tavoitteena oli kartoittaa äitien kokemuksia päiväryhmän jälkeisestä tuesta. Tutkimuskysymykseni olivat: *Millaiseksi äidit kokivat päiväryhmän aikana saamansa tuen? Millaista tukea äidit ovat päiväryhmän jälkeen saaneet? Millaista tukea äidit olisivat tarvinneet? Kuinka tukea päiväryhmän päätyttyä voitaisiin kehittää?* Tekemäni tutkimus vastasi mielestäni hyvin asetamiini tavoitteisiin ja tutkimuskysymyksiin. Aineistonkeruumenetelmänä teemahaastattelu toimi tutkimuksessani hyvin. Tutkittavien ääni tuli esiin, ja tutkimustuloksiin oli helppo poimia erityisesti kehittämisisideat teemoittelun takia.

Tulosten perusteella voidaan todeta, että ryhmäjakso oli ollut äitien mielestä hyvä ja toimiva kokonaisuus. Äidit olivat saaneet tukea asioihin, joihin he toivoivat sitä saavansa. Ryhmän päätyttyä tukea oli ollut vähemmän. Osalla äideistä tukea oli ollut riittävästi, osa ei kaivannut tukea heti ryhmän päätyttyä ja joku jäi aluksi myös täysin tyhjän päälle. Äidit kertoivat avoimesti millaista tukea olivat saaneet ja millaista olisivat halunneet saada. Nämä omakohtaiset tarpeet nostin tutkimuksessani myös kehittämisisideoiksi. Lisäksi äidit pohtivat tukea kenelle tahansa ryhmän päättäneelle äidille. Kuinka tukea siis voitaisiin yleensä kehittää. Äidit osasivat asettua jonkun muun asemaan ja kertoa mitä tukea ryhmän päätyttyä voitaisiin yleisemmin kaivata.

Äideille oli siis hyvin tärkeää, että päiväryhmäjakson päätyttyä olisi mahdollisuus pehmeään laskuun arkeen. Jälkihuoltoviikko oli ollut osaltaan pehmentämässä paluuta perheen omaan rytmiin, mutta sen jälkeenkin kaivattiin monenlaisia tuen muotoja. Tärkeältä tuntui, että tukea olisi harvennetusti ja että joku taho voisi seurata äitien pärjäämistä. Tulosten mukaan näyttäisi siltä, että äidit tarvitsisivat ulkopuolisen tahon yhteydenottoa tuen tarjoajana, mutta osittain he kykenevät myös itse hakeutumaan avun piiriin. Itseohjautuvuus voi olla joillekin yksilöille myös hyödyksi, mutta monet tarvitsevat heihin päin suuntautuva aloitteellisuutta. Tutkimukseni tulosten perusteella voidaan todeta, että päiväryhmän jälkeistä tukea tulisi kehittää ja uusia menetelmiä tulisi luoda äitien avuksi.

Äideillä oli useita ehdotuksia ryhmän jälkeisen tuen kehittämiseen. Olin siitä hyvin iloinen, koska se oli yksi tutkimukseni keskeisimmistä tavoitteista. Tuntuu, että äidit olivat ajatelleet asioita ryhmäjaksoson päätyttyä ja miettineet, mitä he olisivat silloin tarvinneet. Äidit kertoivat kehittämideoita suhteessa omaan kokemukseensa ja omiin henkilökohtaisiin tarpeisiinsa ryhmän päättymisen jälkeen sekä sitten ajatellen yleensä äitejä, jotka käyvät päiväryhmäjaksolla.

Jäin miettimään sitä, etteivät äidit tuoneet isiä esille tuen kehittämisen muodoissa. He eivät ehdottaneet yhteisiä tukimuotoja koko perheelle vaan ehdotukset koskivat lähinnä äitiä tai äitiä ja lasta. Tämä johtunee paljon kysymyksen asettelustani keskustellessamme tuen kehittämistä. Kuitenkin lopuksi äideillä oli mahdollisuus ideoida mitä vaan ryhmään ja sen jälkeiseen tukeen liittyvää. Pääasiassa keskustelu kuitenkin pyöri äitien omissa tarpeissa ja niistä heränneissä ideoissa.

Tutkimuksella saadut kehittämiseidat ovat mielestäni toteutuskelpoisia ja mahdollisia. Tosin ne vaativat lisäinvestointeja, kuten työntekijöiden lisäämistä neuvolaan ja sosiaalityöhön. Tuen kehittämiseen tarvittaisiin myös eri tahojen välistä toimivaa yhteistyötä ja yhteyttä. Toisaalta ihanteellinen tilanne olisi silloin, jos yhtä perhettä kohti voisi olla yksi ammatti-ihminen, joka kulkisi perheen mukana niin kauan kuin tuen tarvetta on. Eräs äiti toi esille sen, että työntekijöiden vaihtuvuus turhauttaa perheitä, jos perheen asiat täytyy alusta asti jakaa uudestaan aina eri ammatti-ihmisen kanssa tukea haettaessa.

Tutkimuksen tekeminen oli haasteellista, mutta toisaalta myös antoisaa. Viimeiseen asti pohdin omia valintojani esimerkiksi teoreettisen viitekehyksen ja haastattelukysymysten suhteen. Totesin, että olisin voinut tehdä joitakin asioista toisinkin. Hain oikeanlaista teoriapohjaa ja lopulta hiomisen ja muokkaamisen sekä ohjaajien palautteen jälkeen se muotoutui nykyiseen muotoonsa. Haastattelukysymyksiä pohdin erityisesti ryhmän aikana saadun tuen osalta. Mietin tulisiko ryhmän aikaisia kokemuksia ollenkaan kysyä vai tulisiko minun perehtyä pelkästään ryhmän jälkeiseen aikaan. Tuloksia analysoidessani koin sen kuitenkin antaneen minulle ymmärrystä äitien tuen tarpeista ryhmän jälkeen. Myös harjoittelujaksollani päiväryhmässä koin olleen suuri merkitys äitien kokemusten ymmärtämiseen ja ihan haastattelukysymysten

luomisessakin. Teoreettista viitekehystäkin pystyin hahmottamaan ryhmäjak-solla tekemieni havaintojen ja saamani kokemuksen perusteella. Jos en olisi ollut harjoittelussa ja olisin tehnyt saman tutkimuksen, niin uskon, että se olisi voinut jäädä kovin pinnalliseksi.

Olen tyytyväinen saavutukseeni tämän tutkimuksen loppuun saattamisessa. Erityisen iloinen olen siitä, että tulokset voivat olla hyödyksi päiväryhmätöi-minnan sekä mahdollisesti koko Jyväskylän kaupungin tukipalveluiden kehit-tämistyössä. Työn tekeminen alkoi pikku hiljaa kevään 2006 lopulla. Työstin tutkimuksen suunnitelmaa kesän aikana ja syksyllä haastattelut tehtyäni työ pyörähti sitten täysillä käyntiin ja valmistui joulukuun alkuun. Tämä on suhteel-lisen lyhyt aika opinnäytetyön loppuun saattamisessa. Tällainen nopeatem-poinen ja vaativa projekti totisesti kasvatti luonnetta, kärsivällisyyttä ja pitkä-jänteisyyttä.

Jatkotutkimushaasteena olisi perehtyä vielä tarkemmin äitien tuen tarpeisiin sekä kehittää menetelmiä päiväryhmän jälkeiseen tukemiseen yhteistyössä Ensi- ja turvakodin, järjestöjen ja kaupungin kanssa. Isien ja muun perheen tuen tarvetta voitaisiin myös kartoittaa äidin päiväryhmäjakson aikana ja sen jälkeen. Lisäksi voitaisiin tutkia päiväryhmäjaksoilla olleiden lasten kokemuksia sekä ryhmäjaksoista että jakson tuomista muutoksista perheen arkeen. Voitai-siin kartoittaa tuen tarvetta päiväryhmän päätyttyä myös lasten kannalta.

Kiitokset esitän työn ohjaajille Marjo Metsomäelle sekä Marjut Katajavuori-Vartiainenille sekä opponenteille Saara Mustalahdelle ja Miia Iivoselle. Iso kiitos päiväryhmän ohjaajille Virpi Ojala-Holmille ja Erika Murtomäelle kannustuk-sesta. Kiitos myös tutkimukseen osallistuneille äideille. Lisäksi haluan erityi-esti kiittää aviomiestäni Markkoa, joka tuki tässä isossa projektissa, kesti vä-syneen tutkijan kiukunpuuskat ja hieroi ahkerasti stressin ja tietokoneella na-puttamisen jumiuttamia hartioitani.

Lähteet.

- Ahlqvist, S. & Kanninen, K. 2003. Varhaisen vuorovaikutuksen arviointi. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell. 339 – 363.
- Andersson, M. 2006. Jyväskylän kaupunginjohtaja Markku Anderssonin talousarvioesitys vuodelle 2007. Viitattu 9.11.2006. Jyväskylän kaupungin sivusto. [Http://www.jkl.fi/ykkonen/2006/1024](http://www.jkl.fi/ykkonen/2006/1024).
- Eirola, R. 2003. Lapsiperheiden elämänhallintavalmiudet. Perheohjauksen arviointi. Kuopio: Kopijyvä.
- Hautamäki, A. 2003. Kiintymyssuhdeteoriat – teoria yksilön kiin(nit)tymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksista ja merkityksestä kehitykselle. Teoksessa J. Sinkkonen & M. Kalland (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY. 13 – 66.
- Helminen, M. & Iso-Heiniemi, M. 1999. Vanhemmuuden roolikartta. Käyttäjänopas. Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. Tutki ja kirjoita. 6. painos. Tampere: Tammer-Paino.
- Jyväskylän Helluntaiseurakunta. 2006. Viitattu 7.12.2006. [Http://www.jklhelluntaisrk.fi](http://www.jklhelluntaisrk.fi).
- Jyväskylän Katulähetys ry. 2006. Viitattu 10.11.2006. [Http://www.jyvaskylankatulahetys.fi](http://www.jyvaskylankatulahetys.fi).
- Jyväskylän Pelastakaa Lapset. 2006. Viitattu 10.11.2006. [Http://www.pelastakaaalapset.fi/paikallisyhdistykset](http://www.pelastakaaalapset.fi/paikallisyhdistykset)
- Jyväskylän seudun päihdepalvelusäätiö. 2006. Viitattu 9.11.2006. [Http://www.paihdesaatio.fi](http://www.paihdesaatio.fi).
- Jyväskylän Vapaaseurakunta. 2006. Viitattu 7.12.2006. [Http://www.vapaaseurakunta.fi](http://www.vapaaseurakunta.fi).
- Kalland, M. 2003. Kiintymyssuhdeteorian kliininen merkitys: soveltaminen erityistilanteissa. Teoksessa J. Sinkkonen & M. Kalland (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Vantaa: Tummavuoren Kirjapaino Oy, 198 – 233.
- Keski-Suomen ensi- ja turvakoti. 2006. Viitattu 14.11.2006. [Http://www.ksetu.fi/](http://www.ksetu.fi/).

- Kirkkojyväskylä. 2006. Viitattu 6.11.2006. Jyväskylän kaupunkiseurakunnan sivusto. <http://www.kirkkojyvaskyla.net/fin/etusivu/?id=1>.
- Kivimäki, R. 2003. Perhe tuli työelämään. Teoksessa H. Forsberg & R. Nätkin (toim.) Perhe murroksessa. Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä. Helsinki: Gaudeamus. 186 – 201.
- Kokko, A. & Lammi-Taskula, J. 2006. Meille tulee vauva. Opas vauvan odotukseen ja hoitoon. Stakesin esite. Helsinki: Erikoispaino.
- Kriisikeskus Mobile Jyväskylä. 2006. Viitattu 9.11.2006. <http://www.kriisikeskusmobile.fi>.
- Kuivakangas, J. 2002. Kuuluuko ääni, löytyykö keinot? Teoksessa A. Rönkä & U. Kinnunen (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä: PS-Kustannus. 30 - 50.
- Kumpusalo, E. 1991. Sosiaalinen tuki, huolenpito ja terveys. Helsinki: Sosiaali- ja terveyshallitus.
- Kähkönen, P. 1994. Vanhemmuuden murtuminen. Lasten huostaanotto sosiaalitoimen asiakirja-aineiston valossa. Jyväskylän opetussosiaalikeskuksen julkaisusarja 2/1994.
- Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/ 812.
- Makkonen, M. 1995. Keskustelutyö lastensuojelussa. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino.
- MLLKeskisuomi.nettisivut.fi. 2004. Viitattu 10.11.2006. Mannerheimin lastensuojeluliiton Keski-Suomen piirin sivusto. <http://www.keskisuomenpiiri.mll.fi>.
- Määttä, P. 1999. Perhe asiantuntijana. Erityiskasvatuksen ja kuntoutuksen käytännöt. Jyväskylä: Atena.
- Nuutinen, S. & Ovaskainen, S. 2005. Päiväryhmän antaman tuen arviointia. Teoksessa S. Kalavainen (toim.) Ensikodin päiväryhmät. Kuvaus lastensuojelun vauvaperhetyön kehittymisestä. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto. 55 – 59.
- Ojala-Holm, V. & Murtomäki, E. 2006. Ohjaajat, Keski- Suomen Ensi- ja turvakodin päiväryhmä Sarastus. Suullinen tiedonanto 8.6.2006.
- Pajanen, H. 2004. Yhteistyötä lapsiperheiden parhaaksi. Tutkielma. Kuopion yliopisto, hoitotieteen laitos, preventiivinen hoitotiede.
- Perhekuntoutus. 2006. Viitattu 18.11.2006. Ensi- ja turvakotien liiton sivusto. <http://www.ensijaturvakotienliitto.fi/2toiminta/3perhe.html>, työmuodot,

perhekuntoutus.

Perhepolitiikka Suomessa. 2006. Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 2006:12. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Ruusunen, M. & Syrjä, M. 2004. Arjen valopilkku. Lapsiperheiden arjen tarpeet ja Mannerheimin Lastensuojeluliiton Perhetalo-hanke Kuokkalassa. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, sosiaali- ja terveysala, sosiaalialan koulutusohjelma.

Seikkula, J. & Arnkil, T. 2005. Dialoginen verkostotyö. Tampere: Tammer-Paino.

Sevón, E. & Huttunen, J. 2002. Odottavan äidin vastuu. Teoksessa A. Rönkä & U. Kinnunen (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Keuruu: PS - Kustannus. 72 – 98.

Sibley, L. 2001. Meidän perheen hyvä arki. Käytännän työkaluja lapsi- ja perhetyöhön. Helsinki: Karas -sana.

Siltala, P. 2003. Traumatisoitunut vanhemmuus ja varhainen vuorovaikutus. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell. 268 – 282.

Sinkkonen, J. 2003. Lapsen kiintymyssuhteen syntyminen ja sen häiriöt. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell. 92 – 106.

Sojakka, T. Johtava sosiaalityöntekijä, Keski-Suomen Ensi- ja turvakoti. Sähköposti 14.11.2006.

Sosiaali- ja terveystoimi: Lapset, nuoret ja perhe. 2006. Viitattu 10.11.2006. Jyväskylän kaupungin sivusto. <http://www.jkl.fi/sote/perheet>.

Sosiaaliturvan suunta 2005 -2006. 2006. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2006:1. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Stenberg, E. 2003. Päiväryhmätoiminta äitien tukena Keski-Suomen Ensi- ja turvakodissa. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, sosiaali- ja terveysala, sosiaalialan koulutusohjelma.

Suokas –Cunliffe, A. 2005. Traumatisoitunut äiti päiväryhmässä. Teoksessa S. Kalavainen (toim.) Ensi- ja turvakodin päiväryhmät. Kuvaus lastensuojelun vauvaperhetyön kehittymisestä. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto. 62 –82.

Tamminen, T. 2004. Olipa kerran lapsuus. Helsinki: WSOY.

Törrönen, H. 1998. Ehjänä perille. Kokemuksia lastensuojelun

- vauvaperhetyön kehittämisestä. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto.
- Törrönen, H. 2001a. Kurssit pähkinänkuoressa. Teoksessa H. Törrönen (toim.) Matkalla muutokseen. Kokemuksia perhekuntoutuskursseista. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto. 15 – 16.
- Törrönen, H. 2001b. Vauvasta teiniin. Lasten toiminta perhekuntoutuskurssilla. Teoksessa H. Törrönen (toim.) Matkalla muutokseen. Kokemuksia perhekuntoutuskursseista. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto. 63 – 65.
- Törrönen, H. 2005. ”Yhdessä päin nyyhkettä” – muistiinpanoja ensikodin päiväryhmätyön kehittämisestä. Teoksessa S. Kalavainen (toim.) Ensikodin päiväryhmät. Kuvaus lastensuojelun vauvaperhetyön kehittymisestä. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto. 15 – 27.
- Uusitalo, M., Hulkko, K., Mikkonen, T., Ojala-Holm, V., Siltala, M. & Heinonen, L. 2005. Miten äitien ja vauvan oireet näkyvät. Teoksessa S. Kalavainen (toim.) Ensikodin päiväryhmät. Kuvaus lastensuojelun vauvaperhetyön kehittämisestä. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto. 28 – 35.
- Väisänen, L. 2001. Raskaus muuttaa äidin mieltä ja maailmaa. Helsinki: Kirjapaja.
- Wahlberg, K-E. 1999. Perhe ja vuorovaikutus. Teoksessa J. Sinkkonen & P. Pihlaja (toim.) Ulos umpikujasta. Miten auttaa tunnehäiriöistä lasta? Porvoo: WSOY. 35 – 53.
- Äimä Ry. 2004. Viitattu 17.11.2006. Äimä-yhdistyksen sivusto.
[Http://www.äimä.fi](http://www.äimä.fi).

Liitteet

Liite 1 Äideille lähetetty tekstiviesti

Hei, sosionomiopiskelija Anne Jantunen kartoittaa opinnäytetyönään päiväryhmän jälkeistä tukea ja tuen tarvetta. Hän haluaisi haastatella päiväryhmässä olleita äitejä. Haluaisitko osallistua työhön? Jos vastaat tähän tekstiviestiin kyllä, niin opiskelija ottaa sinuun yhteyttä. T. ohjaajat Virpi ja Erika.

Liite 2 Haastateltavan tutkimuslupasopimus

Tutkimuslupasopimus

Opinnäytetyöni aiheena on selvittää Ensi- ja turvakodin päiväryhmä Sarastuksessa olleiden äitien kokemuksia ryhmän jälkeen saamastaan tuesta sekä selvittää, millaista tuen tarvetta heillä olisi mahdollisesti ollut. Pysin myös kirjoittamaan kehittämisideoita ryhmän jälkeisen tuen tarjoamiseen. Tutkimusaineiston kerään teemahaastattelemalla sekä nauhoittamalla haastattelun kasetille. Haastattelussa saamaani aineistoa käsittelem luottamuksellisesti, salassapitovelvollisuutta noudattaen. Tutkimuksessani ei tule esille haastateltavan henkilöllisyys.

Kiitos yhteistyöstäsi ja vaivannäöstäsi!

Kyllä, haastatteluani saa käyttää tässä tutkimuksessa.

Jyväskylässä ____ / ____ 2006

Haastateltavan allekirjoitus

Anne Jantunen, tutkimuksen tekijä

Liite 3 Teemahaastattelun runko

Taustatiedot

Minä vuonna olet syntynyt?

Perhetilanne, ketä perheeseen kuuluu?

Millainen sosiaalinen verkostosi on mielestäsi?

Koulutus/työtilanne

Milloin olit päiväryhmässä?

Oliko tämä ensimmäinen ryhmäjakso?

Miten tulit päiväryhmään? (sosiaalityöntekijän/neuvolan ohjaamana, itse hakeuduit, muuten; miten..?)

TEEMA 1

Kokemuksia ryhmäjakson aikana

Millaisissa asioissa ja tilanteissa arkipäivässäsi koit avun tarvetta ryhmän aikana?

Mitkä asiat elämässäsi helpottuivat ryhmäjakson aikana siellä käymisen johdosta?

Mitä ryhmäjakso merkitsi sen hetkiseen elämäntilanteeseesi?

Kaipasitko ryhmän lisäksi jotakin muutakin tukimuotoa elämääsi?

Vastasiko ryhmäjakso tarpeisiisi?

TEEMA 2

Tuen tarve ja tuki ryhmän jälkeen

Miltä päiväryhmän loppuminen tuntui?

Millainen tukimuoto jälkihuoltoviikko mielestäsi on?

Miten muuten päiväryhmästä tuettiin ryhmäjakson päättymisen jälkeen?

Millaista tukea (apua, toimintaa, ryhmää yms.) olisit tarvinnut päiväryhmän jälkeen?

Saitko jotain tukea muualta kuin päiväryhmästä? Mistä?

Oliko sosiaalisesta verkostostasi tukea tuolloin?

Haitko apua itse, vai ehdottiko sitä jokin muu taho? Mikä taho?

TEEMA 3

Kehittämisideat päiväryhmän jälkeiseen tukeen

Miten päiväryhmän jälkeen sinua olisi voitu tukea? (millaisia tukitoimia?)

Mikä taho/tahot olisivat mielestäsi oikeat tukemaan päiväryhmän jälkeen?

Millä tavoin ryhmäjakson päättäneitä äitejä voitaisiin lähestyä? (postitse kirjeellä, puhelinsoitoilla, järjestää äitien tapaamisia, kotikäynnit, ryhmätoiminta, muu seuranta..)

Mitä muuta haluaisit sanoa? Muita ideoita?